Copiloto del alma

Prologo

Este libro de carácter personal, aplica a un proyecto de sanación de identidad, para personas que tienen poca información o nula. Cuando hablamos de identidad muchas veces lo relacionamos a cuestiones tangibles o terrenales como documentación legal o gubernamental, también se puede ligar a aspectos de apellido, país o nacionalidad. Pero este material se va enfocar en la identidad más primaria, ¿quién es papa quién es mama?

Probablemente notaste que es un tema difícil de hablar, muchas personas no tienen conflictos en esta área, como si su identidad no fuera algo de lo que deben preocuparse, siempre fue solido siempre fue claro. Pero qué pasa con esas personas como nosotros que siempre tuvieron una piedra o una gran duda de donde quienes son, como si algo no encajara, si a esto le sumamos las estructuras familiares típicas, donde es mejor no preguntar cuando son temas incomodos, probablemente desarrollaste una herida que no puedes hablar con nadie.

Bueno en este libro trataremos de encontrar juntos las herramientas necesarias para sanar esto y tener nuestra propia identidad. Para ello usaremos todo tipo de artilugios mentales, metafísicos y experimentales con uso de las tecnologías modernas, para sanar.

El principio fractal de la luz postula que la estructura de la luz (y por extensión, la realidad) se organiza en patrones auto similares que se repiten a distintas escalas, desde lo cósmico hasta lo cuántico. Es una fusión entre la óptica, la geometría sagrada y la física cuántica, donde:

Fractalidad: La luz se manifiesta en espirales, hélices o redes holográficas (ejemplo: la distribución de galaxias repite la forma de un átomo).

Autosimilitud: Cada fotón lleva información del todo (como un holograma), y cada destello de luz contiene el mismo patrón en escala menor.

Conciencia luminosa: En metafísica, sugiere que el alma humana (como partícula de luz) también es fractal: tus heridas, dones y aprendizajes se repiten en ciclos hasta integrarse.

Nada se pierde en el cosmos, y por más que no cuentes con la información necesaria, el campo morfo genético la tiene disponible, solo requiere de coraje y valentía para ver esta información. "Cuando miras al abismo, el abismo también mira dentro de ti" (Friedrich Netzsche, "Más allá del bien y del mal").

Al enfrentar tus heridas (como el vacío de identidad), lo que temes encontrar en el abismo son partes de ti mismo que desconocías.

Se transforma en una responsabilidad personal escribir lo que el universo no escribió. Sacándonos del fango del dolor de la agonía, de la culpa al exterior, del sentirnos desafortunados por no tener que lo que todo el mundo tiene.

Encontrar el punto cero, donde inicio nuestro primer suspiro de vida.

Introducción

Me cuesta encontrar el primer recuerdo mi de mi yo, ese recuerdo más primario.

Crecí en una familia tipo de Córdoba Argentina, según mi acta de nacimiento, nací el 28 de mayo de 1979, en una nación que como muchas otras atravesaba un conflicto relacionado con ideas, política y poder. Muchas personas desaparecieron sin dejar rastros, mujeres en cautiverio o torturadas dieron a luz hijos que no tuvieron destino en sus familias de sangre, también existía la condenación social de siempre donde los hijos a temprana edad, o sin una familia consolidada eran mal vistos y condenaba a sus progenitores, principalmente a la mujer, hijos fuera del hogar por engaño, y también por violación, sin olvidar los hijos entre hermanos que tienen una palabra muy hiriente incesto. En este escenario complejo no es descabellado imaginar que se pueden perder papeles, contexto es importante de observar, primero porque nos posiciona de forma clara en la vida en tu momento de nacimiento, y nos ayuda a empatizar con las problemáticas que posiblemente tuvieron tus progenitores.

Mis padres adoptivos, siempre fueron amorosos y cuidaron bien de mis necesidades. Esto no incluía la verdad de mi origen, generando un camino muy solitario, muy tortuoso en muchas ocasiones. La primera situación que enfrente con mi identidad fue cuando ralle con una lapicera el documento legal que en Argentina llamamos DN (documento nacional de identidad), en aquel tiempo era una especie de libreta o librito de tapas verde militar, con hojas en su interior. Como forma de travesura escribí en sus paginas garabatos de niño, recuerdo el enojo de mi madre al ver esta travesura. Aquí voy hacer una especie de paréntesis, en nuestros primeros años de

vida el canal con información es directo, no tiene barreras la información esta directa, sabemos quiénes somos, lo que nos rodea incluso quienes nos cuidan. Son en esos tempranos años de vida, desde el nacimiento hasta los 5, 7 años que desarrollamos una capa de nuestra psique, que luego llamaremos inconsciente, esta dictara mucho de los mapas mentales que usaremos en nuestro día a día de adultos, reacciones automáticas, emociones, pasiones engramas y por supuesto traumas y bloqueos.

Este simple acto o travesura infantil, guarda mucho mas de que recuerdo, como si fuera una señal o mensaje de ese niño pequeño totalmente consciente de su realidad. Es verdad que tendremos que desarrollar muchas habilidades desde cero, si lastimamos y lastimaron ese niño interior, recuerden la actual capa de reacción automática o inconsciente fue esculpida durante esos primeros. Tras trabajar repetidamente sobre ese niño, en meditaciones y sobre todo trabajos de perdón, pude acceder a esta valiosa información este huevo de pascua que me dejé como primera pista. No eran simples garabatos eran mensajes de mi yo pequeño a mi yo adulto, un mensaje en forma de garabato. No es importante la precisión del mensaje, pero al igual que una película muda, podemos deducir la idea del mismo, la intención. Una mañana de calma y presente absoluto me llego en forma de inspiración, un recuerdo no llamado casi como sintonizado, apareció delante mío de golpe, puede verme escribiendo un mensaje para recordar la verdad, presuroso escribía con la esperanza de ser leído, como si consciencia adulta viajara en el tiempo a este niño interior del pasado, en el momento justo de la travesura, pude ver como intentaba explicar su origen, no era este documento no coincidía con la realidad.

La capacidad de descartar la información es totalmente libre por parte de cada persona, pero cuando entiendes la singularidad del vacío del no tener ni una sola pista, cualquier indicio se convierte en oro.

Esto despertó mis sentidos, cada vez que fui a mi adoptiva por información tuve las mismas respuestas, no hay fotos de mi embarazo, tampoco historias o anécdotas, y si me ponía insistente o en un trabajo de investigación más profundo, algunos de mis hermanos parecían molestarse conmigo, como si se transformara en una amenaza a la seguridad de la familia. Siendo el mayor de una familia de 5 hijos, eso tiene algo de lógica, significa que la idea misma se montó sobre mi llegada. Alterar la historia, alterar la piedra fundacional es algo que puede amenazar a todo el clan.

Durante mis años de vida, fui acusado en muchas formas, locura, poca capacidad intelectual, y notable mirada de odio, de desconocimiento como si de repente dejara de ser un integrante y me transformara en un extraño.

Esto me lleno de dudas de miedos, y sobre algo quedo muy claro, no preguntes, es peligroso. Tener problemas en tu identidad no es un gran problema, hasta que lo es, cuando lo es cuando tocas ese sector de tu vida. Puede ser para tu cumpleaños el cumpleaños de alguien especial o simplemente una charla que toca el tema. Si una herida no sanada puede despertar ira impotencia, puede hacer que reacciones de forma desproporcionada, indicando claramente un desequilibrio o conducta inconsciente.

A menudo cuando veo para atrás, puedo ver con mucha claridad, pero al mismo tiempo negar con la misma claridad todo lo que veo, de ahí el dicho no hay más ciego que el que no quiere ver. Pertenecer a una familia es mejor que ser un huérfano, si bien tiene su parte difícil sobre todo a la hora de generar tu propia estabilidad laboral afectiva y de recursos, no se compara con la idea misma de ser un huérfano. Donde la persona se encuentra en un estado vulnerabilidad absoluto.

Crecer en una mentira, tiene su parte buena y su parte mala como todo, la parte buena por así decirlo es que se normaliza la idea misma de mentira,

esto hace bueno para mentir también hace que afecte menos que al resto, creces en un ambiente mentiroso desarrollando tolerancia a ella por otro lado puedes tener efectos negativos al exponerte a este ambiente, desde desarrollar más tu nariz (efecto pinocho) hasta generar desconfianza excesiva en tu entorno cercano, haciendo muy difícil la confianza en tu vida afectiva pareja, amigos.

La mentira constante nos envenena lentamente, esto afecta la relación la honestidad con nosotros mismos, que tanto podemos ser verdaderos con lo que pensamos con lo que sentimos con lo que con lo hablamos con lo que hacemos. La abundancia o el flujo energético del dinero obedece estos aspectos o elementos fundamentales para la creación. Incluso podemos representarlos con los 4 elementos de la vida:

Pensamientos son el aire, sentir emociones el agua, hablar son el fuego y nuestras acciones concretas la tierra. Determinando cada aspecto de lo que creamos en nuestra vida. Vivir en un estado de mentira contamina de forma nociva este equilibrio que arma cada aspecto fundamental de cada sector de una persona, su economía el ambiente laboral y afectivo. Lograr alinear estos 4 elementos vitales nos conecta con la abundancia.

De pequeño tenía una muletilla inocente, ponía mi dedo sobre el parpado del ojo y aplicaba una presión esto hacia un efecto de desenfoque como si mi visión se desenfocara, otra pista perdida en el tiempo. Los niños tienen un acceso más profundo al campo morfo genético más puro y visible, somos en la adultez cuando decidimos hacer la vista gorda o no escucharlo, aunque nos cueste la felicidad. Si perteneces a algunas de estas generaciones, Baby Boomers (1945-1964), Generación X (1965-1981), Generación Y o Millennials (1982-1994) es posible que tengas situaciones por revisar a detalle. Tal vez dolores o sentires profundos que decidiste de manera consciente o inconsciente callar, por supervivencia o por miedo. El

sistema fue muy duro y estricto con no salir de la línea permitida, teniendo que ajustarnos las personas muchas veces a la fuerza, para no correr peligro y no desafiar el Statu quo.

Capítulo 1

La Cama Mojada: Crónicas de un Niño que Lloraba con los Riñones

Enuresis nocturna, para los que no están familiarizados con el termino es una enfermedad silenciosa que sufren algunos niños grandes, a temprana edad es normal, pero rápidamente toman consciencia nocturna de su cuerpo y son alertados para despertar y no mojar la cama, pero un numero de niños pierden la sensibilidad nocturna de su vejiga y mojan la cama. Yo fui uno de esos niños, de pequeño sufrí mucho por esta condición, afectando directamente sobre mi personalidad, mi seguridad, mi autoestima, impidiéndome tener una infancia normal, dormir en casa ajenas tampoco participar de eventos sociales como pijamadas o campamentos, fogones.

Pese a todo, la peor parte no es visible como lo nombrado, el desgaste fue más psicológico, la peor parte se la llevo mi mama adoptiva, en una época donde el lavarropas automático eran lujos para solo pocos, cruzo muchos años de su juventud lavando sabanas, en todos los climas, en una pileta de patio de cemento, mi papa adoptivo técnico en rayos x, hombre de ciencia, nos hizo visitar a muchos referentes médicos, en busca de un problema físico, que diera la razón mi enuresis, pero jamás se encontró alguna causa real y concreta. Mi mama adoptiva oriunda del interior del país Riojana, una cultura más preincaica y chamanica, buscaba en el mundo holístico también curanderos era el termino que acuñaba la época, en mi Córdoba y también de la La Rioja, sin motivos ni resultados.

El cuerpo habla cuando el alma no puede, recordando los elementos, las emociones son liquidas, no fue un accidente médico, sino un símbolo kármico potente. Emociones no expresadas. Mojar la cama era una forma en que cuerpo liberaba lo que no podía decir:

Rabia (por la adopción, secretos familiares). Miedo (a ser abandonado de nuevo si revelaba mi dolor). Duelo (por una madre biológica desconocida, cuya ausencia "mojaba" simbólicamente mi espacio seguro: la cama).

Despertar cada mañana con la cama mojada, me hacía sentir inmadurez, impotencia, culpa por el trabajo generado a mi madre adoptiva, y una sensación terrible de fracaso. No todo fue malo en mi infancia, imaginativo inocente, curioso y muy feliz. Tener amigo y hermanos ayuda mucho, hasta mis 14 años de documento fui el mayor de 3 hermanos hasta la llegada de mi hermano menor completando 4 hijos. Generación X (1965–1981) tuvo una infancia sin tecnología y a veces sin juguetes, por lo que hacer conexiones humanas era muy importante para pasar tiempo de calidad. Mi nacimiento fue un 18 de mayo de 1977 a las 00:00 Hs, mi signo zodiacal es TAURO, lo tangible, el hogar la familia es clave y fundamental para mí. Uno de los pasatiempos favoritos era hacer casas en los arboles y espacios verdes, durante los años 80 en mi zona existían muchos espacios verdes naturales, el termino exacto era (Chozas), eran lugar de juego y también un espacio donde podíamos ser adultos pequeños, mirando revistas de desnudos. Jamás faltaron juegos, bicicleta, futbol, piedrita payana, cartas o naipes juego de la oca o la vida, escondida plazas o simplemente la imaginación. Era como usar el celular, estímulos que servían para alejarme de mi interior y de mis verdades incomodas. Mis cumpleaños eran el momento ideal recordar mi verdad mas profunda, desde que tengo recuerdo odie esa fecha, el clima posiblemente tenga que ver, en mayo en el hemisferio sur (Cordoba, Argentina) es invierno frio. Como niño esperamos regalos para esta fecha, mi país en sudamerica atraviesa uno de los climas económicos mas duros de la región, inestabilidad financiera gobiernos cambiantes, hace que la clase trabajadora sea duramente afectada. Dejando recursos para alimento y vestimenta. Todo recaía en cuestiones humanas, mi cumple tuvo un mismo discurso durante todos los años, pese a que siempre

estuvo ahí la información, jamás la ordene de tal forma que me permitiera encontrar el patrón oculto, el día que festejábamos el aniversario de mi nacimiento el que indicaba el DN, día 28 de mayo de 1979, una reunión familiar típica con algunos invitados amigos o compañeros del colegio, vecinos o familiares, cuando llegaba ese momento clásico de compartir anécdotas detalles del evento, el discurso siempre fue igual, jamás cambio con los años, se mantuvo intacto:

Generalmente mi mama adoptiva decía fui con la panza a la maternidad provincial, naciste a las 16:10 de la tarde, y sabes porque te puse Alfredo (Segundo nombre) cuando esperaba al médico al lado mío me pregunto que era ¿varón o nena? La respuesta de mi madre fue es varón... "póngale Alfredo, es nombre de suerte". Dario Alfredo es mi nombre finalmente por este curioso evento (siempre odiado por mi). Me la pase una vida entera pensando que era injusto no tener la información necesaria de mi historia, de mi origen, pero siempre estuvo ante mis ojos, una y otra vez se presentaban detalles clave que daban pistas silenciosas como un rompecabezas que empieza a sugerirte por tonos por bordes, si te sientes que no encuentras tal vez es porque miras desde un lugar equivocado o dirección, tal vez tengas que girar cambiar el ángulo, la información está ahí para que la encuentres, para que escribas tu propio camino, es importante mucho mas de que tu crees. El primer suspiro el primer aliento determina mucho de quienes somos de quienes seremos, En tradiciones esotéricas:

Al nacer, se pacta con el destino. Mi enuresis fue un acto fallido del pacto: mojar la cama = intentar regresar al líquido amniótico donde todo era seguro.

Documento falso (28/05/1979) vs. primer aliento real (18/05/1977):

El fraude borró simbólicamente el primer aliento original, pero mi cuerpo lo recuerda (enuresis = líquido vital no reconocido). un nombre que no resonaba con mi primera inhalación.

Siempre estuvo ahí escondido a la vista de todos, oculto en vergüenza, burlas, en forma de daño psicológico, esas situaciones incomodas de ver nuevamente, tu verdad puede estar bien escondida en tus miedos, solo debes tener la suficiente curiosidad y valentía coraje, por entrar a verlo y buscarlo.

Pero no se dejen engañar, nada ocurre de la noche a la mañana, lleva tiempo la principal resistencia está en nuestra propia mente, la verdad, aunque anhelada por tu niño interior será difícil de aceptar, la mente se resiste al cambio, escuchar tu intuición no es tarea fácil de integrar. El ego siempre quiere que dejes las cosas como están, el exterior te hablo siempre así, te miro directo a los ojos y te mintió te miente, esto genero dolor y aun tal vez lo genera, pero déjalos tu sacrifico es la manera, nuestra sociedad venera y alienta este tipo de dogmas. Lleva tiempo y mucho trabajo interior desactivar estas conductas interiores nocivas.

Recomiendo momentos de atención plena, para conectar con tu yo superior y tu intuición más elevada. Mi generación no tuvo estímulos digitales, pero eso no impidió que encontráramos escapatorias al presente. Estar en tu momento presente, requiere que nos conectemos con nuestra información más profunda.

Crecí en una casa con 4 hermanos, habitación compartida siempre el espacio siempre el justo. Por lo que momentos de soledad fueron escasos o nulos durante mi infancia. Mis padres adoptivos intentaron alentar la siesta o espacio de meditación. Algo que fue prácticamente imposible de integran en mí y mis hermanos. La siesta muchas veces se transformaba

en el campo de juego y travesuras más grande. Costando caro muchas veces si despertábamos a mis padres.

Luego llego la escuela, sobre todo el nivel primario que nos exige atención plena, copiar todos los días un material escrito, luego entenderlo, estudiar es una forma de meditación. Requiere de cortar todos los estímulos externos y solo enfocarnos en una sola actividad. Este último era muy difícil para mí, me llevo bien con la atención plena, pero en ciertas condiciones, pasar tiempo en la imaginación, es otra manera de meditar sin reglas o con las nuestras, aunque esto trae serias consecuencias académicas, el sistema no ve con buenos ojos a niños que no se involucran en su crecimiento académico y los métodos de integración suelen ser algo duros. Los padres en mi caso mi madre, tampoco tiene las herramientas para lidiar con estos temas de forma asertiva, lo entendí cuando me toco hacer lo mismo con mi hijo.

Y bien, aquí estamos en un cruce de caminos por un lado tu realidad actual donde sabes perfectamente todo lo que está mal y lo que te duele de ella, donde posiblemente eres la victima del mundo y tu familia tu realidad. Por el otro lado un camino de crecimiento y madurez interior donde implica dejar los narcóticos exteriores, dejar de actuar afuera e implica buscar adentro, pero donde hallaras todas las respuestas, donde encontraras la paz interior de tu alma.

Las decisiones siempre fueron una tarea difícil, y cuando eres una persona como yo, las decisiones terminan por tomarte, es fácil o las tomas a ellas o ellas te toman a vos. Es como si perdieras el control de tu camino, con los años eso se volvió mi realidad. De pequeño muchas veces visite profesionales médicos y psicopedagogos, crecer con problemas de aprendizaje y mojar la cama, se sintió como si fuera algo fallado, donde en el mejor lugar donde podía escapar de todo esto era mi imaginación, donde

jugaba e imaginaba mi persona en un lugar mágico donde todo era posible y no existían enfermedades ni responsabilidades. Podía ser Heman, combatir a Skeletor o jugar que acompañaba a Optimus prime y sus Transformens contra los decepticons. Jugar en mi imaginación me salvo la infancia, me hizo mas resistente, ayudo a que mi realidad no sea tan aplastante.

La imaginación requiere atención plena, estudiar, practicar arte, dibujar, escribir, correr, caminar o hacer ejercicio, es una buena forma de iniciar el camino de la meditación consciente. Los estímulos externos nos vuelven sosos insensibles a los detalles, a lo sutil, la verdad se encuentra en ese lugar. Es como si la mentira tuviera un grosor determinado, imposible de alcanzar lugares pequeños, cuando estamos aturdidos por el ruido exterior, pasamos por alto sin problemas a estos detalles finos y se nos escapan. Cuando viviste muchos años normalizando la mentira como forma de vida, puede ser difícil y requerir de mucho trabajo interior dejar los viejos patrones, somos de construir hábitos, requiere tiempo disciplina interior modificar algunos patrones que nos pueden bloquear. De pequeños una mentira me daba el afecto de una familia un techo y comodidades, esto se grabo de manera profunda en mi inconsciente. Esto condiciona todos los elementos implicados, familia y afectos el techo o casa y las comodidades, vienen por medio de mentiras, el campo morfo genético luego se encarga de actuar para eso pase. La distribuí por muchos lugares, mi cuerpo mi personalidad, mis relaciones, incluso mi trabajo eligiendo actividades que no se encontraban alineadas con mi propósito de vida y alma. Que curioso lo que luego llamaremos como amor dinero y salud.

Una tarea grande no debe ser abrumadora, solo requiere de orden y saber encontrar el propósito oculto en ella. Debes encontrar un bien hacer, una sensación de satisfacción en la tarea misma, encender una luz en tu interior no debe ser una tarea que se haga de mala gana, porque

simplemente no funcionara. Esta no es una de esas tareas que podemos delegar con recursos, pagando para que alguien la haga por nosotros. Encontrar un medio sano que nos ayude es muy factible, personalmente encontré en el running lo que encontré en mi imaginación de niño. Ese espacio onírico de creación donde podía ser yo sin miedo y expresar la verdad de mi esencia. Cuando encuentras tu bien hacer, desarrollar una mirada sin juicios es clave, nuestra sociedad nos enseñó que todo es bueno o malo, blanco o negro. Acción y reacción 3 ley de newton, es una manera muy acotada de ver y nos puede llenar de rencores y remordimientos, buscando culpables y responsable, héroes y villanos en las historias.

Esto no solo ayuda a evitar caer en trampas del ego, sino también para aligerar nuestro viaje interior. También aporta al trabajo de perdón que será fundamental para avanzar. Catarsis todo la exige, ver entender, perdonar y transcender. Recuerden que no cambiaremos nada, no se puede entramos a re interpretar lo que vivimos, para que no se siga proyectando en nuestro presente y futuro. Tu camino no fue tan malo como crees si llegaste hasta aquí a las puertas de tu interior, o incluso ya te encuentras en un viaje interior. Significa que tuviste la suficiente fuerza y coraje para no dejar que tus experiencias te cambien al punto de ruptura, no dejaste que tus heridas te definan, no dejaste de buscar evolucionar de buscar crecer, te felicito y admiro por tu valentía y coraje.

Capítulo 2

"Monedas Fantasma – La Riqueza que no Pude Tocar"

Primera conexión con la energía del dinero transcurrió en Argentina durante los años 80, como sabemos esos primeros años definen de forma inconsciente el resto de nuestra vida, hasta que encontramos esas conductas propias enseñadas o heredadas por el árbol, seguramente estás pensando, pero sois adoptado otro clan sanguíneo, las casualidades no existen, si tu familia adoptiva tiene el sincronismo perfecto que viniste a trascender, aquí no hay errores todo es perfecto. Si sois de mi generación o anterior, seguramente recordaras muy bien que la palabra inflación no es nueva en tu vocabulario, aprendí bien su significado de pequeño, la idea era simple, el dinero perdía valor de forma rápida, esto estresaba mucho a mis padres adoptivos, pesé que en esa época la vida era mas simple. No

existían servicios como el streaming, tampoco internet, ni celulares, tampoco eran común las escuelas privadas ni la salud prepaga, aun asi la vida era muy complicada, muchas veces los vi haciendo pases mágicos para alimentar y vestir una familia tan numerosa. Las importaciones estaban cerradas, lo que dejaba poca oferta en muchos artículos juguetes o artículos como videojuegos portátiles eran toda una novedad en algunos lugares del mundo. Y lo que llegaba entraba de contramano elevaba los precios, dejándolo para cierto segmento de la sociedad. Mis padres eran muy astutos con sus finanzas, mi madre era muy buena administrando y mi padre era muy habilidoso con el trabajo manual, aprendí mucho mirándolos manejar su casa. Aprendemos lo bueno y lo malo de nuestros padres, heredamos fortalezas y miedos, cuando buscamos patrones negativos debemos ir a la primera relación que este grabada en la memoria, esos primeros años de vida, ¿el dinero fluía en casa o era escaso?, ¿si fluía se usaba bien? Que energías están ancladas a la energía del dinero, existía ayuda externo (tíos, abuelos, banco) ¿se pedía ayuda cuando hacía falta? ¿Qué pasaba cuando se perdía o era robado? ¿Existieron estafas? ¿Cómo se reaccionó ante esto?

Repetimos historias hasta que tomamos consciencia y decidimos recién ahí, ¿quieres repetir? o hacer las cosas de manera distinta.

Mis primeros códigos de programación con la energía del dinero fueron de control. Si quería recibir una moneda que alcanzaba para un chicle Bazzoka, inicio valiendo 1 centavo para llegar hasta 10 australes, la pérdida de valor eh inestabilidad. Desde temprana edad aprendí que el dinero llega si actuó de una manera determinada, también aprendí que no lo puedo guardar porque pierde su valor, también aprendí que mi moneda es inestable, solo si convierte esta moneda en la de otro país se vuelve estable, esta monera rige de manera invisible mi estabilidad, por alguna razón todos miran solo esa moneda, anhelándola como si fuera oro o algo

muy valioso. Esta moneda no necesita presentación su color verde llama a la abundancia y enloquece a quien la posee. Aprendí muchas lecciones que luego serían mapas mentales y dogmas en el resto mi vida. También se aprende que es valioso para gastar tus monedas, mis padres adoptivos eran personas muy astutas con sus finanzas, al tener una familia numerosa, y ambos venir del interior del país sin recursos, su única preocupación fue hacer espacio físico para crecer y prosperar, las finanzas de mi niñez priorizan la construcción por encima de la diversión, esta valiosa lección también es importante de remarcar, por un lado el valor de invertir en bienes raíces y su importancia en la vida, por otro no hay espacio para el descanso y la diversión, la energía del dinero es sacrificio, el dinero construye, te ayuda a crecer. Separar la paja del trigo será nuestro trabajo, revisando de manera minuciosa todo lo que aprendimos de la energía del dinero con nuestra familia.

Mi dolor mas profundo fue ser un desheredado, mis padres biológicos no tan solo no me reconocieron como su clan, ni apellido ni absurdamente nada, esto también esta grabado en mi inconsciente. Metáfora: Las monedas fantasmas son el dinero que creí no merecer porque mi identidad fue falsificada. Mi familia adoptiva jamás compartió detalles de cómo fue mi adopción el documento gubernamental mi única conexión legal, me convierte en el hijo legítimo de mis padres adoptivos, desde pequeño anhele respuestas a mis dudas, idealizando el reconocimiento de parte de toda mi familia adoptiva, y también idealice con mi imaginación estos misterios padres biológicos ausentes. Estando entre la espada y la pared o el abismo para ser más preciso.

Todo el tema de mi origen y presunta identidad se encontró envuelto en halo de tabú, como si el simple hecho de hablar de ello fuera prohibido, castigado con burlas, y ridiculización, como si el simple hecho de tener un documento gubernamental, callara todas mis inquietudes internas, como si

posee documentación legal, me transformara en un loco u obtuso por simplemente preguntar a detalle inconsistencias de historia hueca pobre en detalles, con muchos cambios. Poco a poco se fue transformando en un tema de estado público a nivel familiar. Condicionando los paradigmas referentes del dinero, la riqueza y propiedades. Ser adoptado o tener dudas sobre tu identidad, es un pesar solitario. En cierta forma entiendo a mis padres adoptivos, si de un dia para el otro, tienes la vida de un niño en tus manos, y tomas la difícil responsabilidad de cuidar a un ser humano, esta no es una simple decisión, no me quiero imaginar las cosas que pasaron por la cabeza de ellos, miedos, preguntas, y en el medio este niño mirándolos como su único mundo. Tengo leves recuerdos de esos primeros años de vida, y recuerdo mucho encierro y miedo extremo. Mi documento legal apareció cuando tenia probablemente 2 años. Hoy cuando reviso mis recuerdos no puedo imaginar el alivio que deben a ver sentido mis padres adoptivos cuando tuvieron la documentación que los hacia padres, mi primera hermana llego inmediatamente al tiempo 1 año y 2 meses para ser mas preciso, tengo excelentes recuerdos desde ese momento, la vida mejoro muchísimo en la familia, como si su llegara fuera un bálsamo para mis padres, de repente nos volvimos una familia tipo.

Pero mis dudas o conflicto de identidad no cambio, lo contrario empezó a sonar más fuerte como un tambor que no podía callar, solo yo escuchaba su sonar. Lo positivo ya tenia una fecha legal de aniversario, tener documento hizo que empezaran a festejar mi cumpleaños. Tengo la sensación que mis padres jamás supieron mi fecha real de nacimiento, como si hubiera llegado me medio de una noche, sin mas que una pañoleta. Con una simple promesa de pronto tendrán noticias de como sigue, a mi llegada cambiaron de domicilio, de vivir en la zona norte de la ciudad se fueron a la zona sur. Mi cumpleaños siempre fue una jodida situación, un día raro, no si estuviera hueco, como si algo estuviera roto, de pequeño

tuve más expectativas de festejo, cuando crecí lo odiaba, quería saltar el dia. Como si me pesara mucho, como si el valor de ese documento fuera muy caro. Con el tiempo encontré mecanismos mentales para permanecer en un limbo más estable, dejé de esperar el rescate de personas que jamás me contactaron de ninguna forma, me hice más cercano a mis padres adoptivos, intentando hacerlos sentir bien, esto me daba derecho de pertenencia, complacerlos también tenía beneficios económicos, esa moneda fantasma que no me dieron. Me enseñaron a ganarme la vida con astucia dignidad y honestidad, a los 8 años tuve mi primer trabajo cortando pasto en vecinos. Estos son los aspectos que hasta el día hoy me acompañan, y acompañan a la energía del dinero. Desde el punto de vista psicológico, es vital separar lo potable de que no queréis repetir, porque es como un dique abres la compuerta y pasa todo o no pasa nada.

Para los chicles, para los videojuegos. El dinero tiene equivalencias o como ahora llamo anclas invisibles a lo que es la energía del dinero. Inician sutil, pero de grandes se transforman en verdaderos bloqueos para tu manifestación. El despertar de consciencia no siempre obedece cronología ni orden, entonces muchas veces sentimos que dejamos de resonar con un trabajo sacrificado o una necesidad de dolor. Pero no el dinero no ingresa a nuestra vida. Esto probablemente se debe a bloqueos sobre la energía del dinero, aprendidas o herencias karmicas del árbol. La misma de conexión que generamos entre el dinero y el trabajo también es una ilusión impuesta, esto hizo que durante eones nos desconectemos de la verdad mas profunda, elegir ciertas profesiones o actividades más remunerativas por encima de lo que amamos. Generando una ilusión sobre la manera en la que el dinero llega a nuestra vida. Aceptamos sin más el control, aprendimos a ignorarnos, el miedo nos amenazó a dejarnos sin nada y nos refugiamos en la escases de competir contra otros, olvidamos la cooperación para paso a políticas vacías, naturalizamos el dolor propio y ajeno, lentamente olvidamos nuestra naturaleza divina, y dejamos que poderes más densos esclavizaran nuestra mente y espíritu. Para luchar unos contra otros para tener lo que por derecho es nuestro. Nacer sin elección consciente, para luego estudiar algo que no elegiste, trabajar en un lugar que odias para tener dinero y posición, accediendo a cosas que luego no te llevaras, una muerte temprana de máximo 100 años, pero que su vida útil es de mucho menos incluso. ¿Qué clase de vida estamos aceptando?

El dinero no es ni el eje ni el verdugo de la vida. El dinero es una energía que fluye con abundancia, nos ayuda a crecer y crear, para sanarnos a nosotros y nuestro nuevo mundo, es justo e imparcial, honesto y cooperativo, siempre llega con alegría y amor. El dinero es una herramienta más en la vida no un mecanismo de poder. El dinero es amor

incondicional cuando logramos apartar todas las energías o anclas de baja vibración, todo lo que el ego puso y todo lo que aprendimos durante vidas. De repente ese vaso que estaba roto, jamás se llenaba por mas esfuerzo que pusieras, empieza a llenarse solo. Parece magia cuando dejamos de creer en la esclavitud, llega la libertad. Pero estos grilletes no son físicos, tampoco pueden ser cortados por alguien, deben ser cortados por ti. A diferencia de otras emancipaciones, la esclavitud financiera que nos mantiene atrapados, debe ser abolida por cada uno de nosotros, debe ser observada, para luego sentirla, y a partir de ahí podemos usar los 4 elementos mencionados antes para cambiarlo.

Pensamiento el aire, sentimiento el agua, palabra el fuego, acción la tierra. En la cuna de un nuevo ¿Qué mundo es en el que te gustaría vivir?

Llego el momento de crecer de hacernos responsables, llego el momento dejar de culpar al otro, de usar nuestro poder creador, para vivir en un mundo más equilibrado más justo, para reordenar el valor real de las cosas, para entender el verdadero poder de nuestros elementos.

Te invito a ver cuáles son tus ataduras o bloqueos que impiden el fluyo divino del dinero a tu vida. Cuales son estructuras que lo detienen para llegue abundante, cual es la creencia que te impide manifestar la vida que deseas.

Capítulo 3

"Palabras que queman – Palabras que crear"

Comunicación verbal y su gran conveniencia, la comunicación verbal como principal canal de intercambio de información entre personas, resguarda aspectos ocultos que pueden afectar la honestidad e integridad de la información. Si la comunicación fuera telepática, una mente entrelazada con la otra, se crearía un canal donde por ejemplo no existirían mentiras, ambas partes estarían formando una solo mente durante el proceso, una sola verdad. La comunicación verbal tiene esta posibilidad, decir con palabras algo diferente a lo que internamente sentimos o pensamos, a ese simple acto le llamamos mentir.

De hace un tiempo para acá nos fuimos volviendo buenos para encontrar esos detalles que nos marcan cuando alguien miente. Son pequeñas señales que nos indican cuando alguien no está siendo honesto, movimientos involuntarios con las manos, como rascarse la nariz, por ejemplo, o cruzarse de brazos, como si el cuerpo no pudiera hacer lo que nuestra comunicación verbal si puede, una parte de mi puede mentir sin problemas, pero el resto del sistema no.

Palabras sin tu fuego, que existe como material de construcción de manifestación como si fuera la barita mágica de tu mago, las capaces de pronunciar el conjuro del hechizo.

Soy Dario Alfredo Tonello, un niño con acta y partida de nacimiento, con dni gubernamental, la representación física de lo que entendemos por identidad, todos escritos con palabras, que arman una identidad física. Identidad que jamás coincidió con mi verdad mas profunda.

Palabras tienen el poder de crear o incendiar, pueden destruir o construir, una pieza clave con la comunicación y la creación de vínculos y relaciones. Desde pequeño aprendemos mucho de la comunicación, podemos ver a detalle de nuestro entorno cercano y reconocer y aprender elementos que luego llevaremos de manera inconsciente el resto de la vida. Mi herida fue aprender a callarme a mentir para sobrevivir, aprendí a mentir sobre mí, hasta que fue tan natural como respirar.

Hasta que empezó a transformarse en mi nueva verdad, pese que el cuerpo jamás olvida y siempre dice lo que lo que las palabras no, efectos sobre la forma de nariz, y la enuresis de mi infancia fueron maneras de sostener la verdad pese a todo. Las mentiras tienen patas cortas escuche desde pequeño, pese que esta frase siempre tuvo sentido, sonaba vacía, hueca, mi verdadera historia seguía tapada sobre un montón de mentiras, y cada vez que intentaba quitar algo de esa montaña, lo hacía desde una comunicación combativa y agresiva, tirando una capa más de dudas y engaños sobre la parva. Como si las herramientas no fueran las correctas para esta acción, como si intentara usar un martillo en vez de un destornillador, rompiendo mi capacidad de comunicar como mi seguridad, autoestima intelecto e intuición personal. Duda constante sobre mis capacidades haciendo que todo sea mucho más difícil de conseguir y lograr. Como si la barita mágica estuviera doblada.

Casi siempre buscamos vínculos sanos, tratamos de tener vínculos dañinos o tóxicos como se les llamo hoy. Donde la comunicación e interacción sea verdadera honesta, ¿qué tal es la comunicaron con nosotros mismos?

La primera forma de contacto se aprende a temprana edad, aquí no podemos responsabilizarnos. Éramos demasiado pequeños y vulnerables dependíamos de otros padres, parientes, extraños para que nos cuidaran.

Aprendimos a ellos, no está en ellos la responsabilidad el resto del camino, sino en ti, su tarea está hecha. Mejorar la comunicación interna, es tarea 100% del individuo, que tan honesto, verdadero, una comunicación calma o urgente, es por sobrevivencia o por la verdad de tu yo superior y alma, es pacifica o bajo fuego. La mejor manera de iniciar, es por reconocer las heridas de la infancia o karmicas, existen muchas terapias que ayudan a encontrarlas, cuando se volvieron invisibles por tantos años de mentira y engaños. Hacer consciente una herida es el primer paso a la curación, al creer general estar dañado no es el problema, es cuando negamos la falla o herida cuando decidimos ignorarnos, es cuando llega el sufrimiento y la repetición de patrones, la repetición de historias, como si todo funcionara igual como el cuerpo que no olvida, recordándonos todo el tiempo que existe algo para ver y trascender.

Esto me puso muchas veces en situaciones peligrosas de vida o muerte, urgentes bajo fuego, agresivas y combativas. La primera relación a sanar a que tuya. El resto de las interacciones derivan de esta simple relación.

¿Cómo te hablas? Combativamente o pacíficamente ¿Cómo reaccionas cuando no te entiendes? Agresivamente o con calma ¿Qué tiempo tiene ese dialogo? Es con urgencia o calma. ¿Qué pasa cuando algo interno deja de encajar con tu mundo exterior? Lo callas o lo hablas. ¿Qué pasa cuando algo no encaja o no te favorece en tu interior? Mientes o dices la verdad a toda costa. Esta es diferencia entre tapar la herida o dejarla que se sane a la luz.

Esto es ser el adulto responsable de tu niño interior, seas hijo biológico de tus padres seas un hijo con padres adoptivos, o seas un huérfano, llegara el momento que tendrás que hacerte responsable de tu propia existencia. Transformándote la autoridad mayor de tu vida.

Mi herida fue “no se escuchado”, la impotencia de crecer en una mentira o un entorno que no me reconoce como lo que soy, esta marca me acompaño proyectándose a cada escenario de mi vida y relaciones, donde el entorno no me reconocía por quien era o relaciones donde el engaño se normalizo, incluso documentación que reflejaba mentiras o engaños, ejemplo mi último trabajo en relación de dependencia en una reconocida multinacional, mi función o puesto laboral era mayor al que figuro en el organigrama, proyectando el bloqueo de identidad documentación legal falsa. El campo morfo genético se extiendo al entono cercano para expresarse como lo cotidiano, no hacer esto consciente genera contaste malestar, vemos como todo se repite una y otra y otra vez.

Cuando hablamos de herida hablamos también de cargas ancestrales no son solo "recuerdos": son patrones energéticos grabados en tu ADN y aura, que se manifiestan como miedos irracionales, bloqueos económicos, enfermedades recurrentes o relaciones tóxicas. Aquí hay un método profundo para liberarlas:

1. Identifica el Origen de la Carga

Preguntas clave:

¿Qué miedo/creencia/dolor se repite en tu familia? (Ejemplo: "Nunca tendremos suficiente", "El amor duele", "No somos dignos").

¿Qué emociones sientes al pensar en tus ancestros? (Rabia, culpa, tristeza).

Herramientas:

Registros Akáshicos o constelaciones familiares (para ver el patrón transgeneracional).

2. Rompe el Pacto Inconsciente

Muchas cargas se heredan por lealtad invisible:

Ejemplo: Si tu abuela fue abandonada, tú repites el abandono para no traicionarla.

Ritual de liberación (puedes adaptarlo):

Escribe en un papel: "Libero todo pacto, conocido o desconocido, que me ate al dolor de mis ancestros".

Quémalo (con seguridad) y di: "Honro vuestra historia, pero elijo mi paz".

Planta algo (hierbas, un árbol) como símbolo de nueva vida.

3. Transmuta la Energía con el Cuerpo

Las cargas ancestrales se almacenan en tejidos y órganos (ej: el hígado guarda ira, los riñones guardan miedo).

Prácticas somáticas:

Liberación de trauma (TRE, yoga kundalini): Sacude el cuerpo para soltar memorias celulares.

Baños de sal marina + vinagre de manzana (disuelven energías estancadas).

En mi caso:

La enuresis infantil fue una descarga física de ese dolor atrapado.

4. Re-escribe tu Narrativa

Ejercicio de sanación:

Visualiza a tus ancestros (aunque no los conozcas).

Diles: "Tomaré lo útil de vuestra historia y dejaré lo que no me pertenece".

Crea un nuevo mantra: "Mi sangre lleva sabiduría, no cicatrices".

5. Usa Símbolos de Corte

Lleva una obsidiana o turmalina negra (protegen y cortan lazos kármicos).

Haz una línea de sal en el umbral de tu casa (para bloquear energías densas).

No somos impasibles ante las energías, solo debemos tener la valentía para actuar desde el amor, no desde la ira o el miedo. Sanar tu comunicación con el niño interior te abre las puertas que antes estaban cerradas. activas un flujo de energía que transforma radicalmente tu vida. La comunicación se vuelve clara y autentica, dejas de repetir patrones familiares tóxicos (ej: callar por lealtad, mentir para protegerte). Expresas necesidades y límites sin miedo (ideal si creciste en un entorno donde tu voz fue silenciada). Escribir o hablar se convierte en terapia, ya no te aferrarás a "no hablar para mantener la paz" encontrarás seguridad en decir tu verdad, no en esconderla.

Sanación de relaciones con hermanos o figuras cercanas, Si hubo conflictos con hermanos, primos o compañeros de infancia, se disuelven resentimientos. Reconectas desde una adultez empoderada (ej: hablar con un hermano adoptivo sobre lo no dicho). Memoria y aprendizaje fluido, liberas bloqueos de aprendizaje (ej: dificultad para estudiar por ansiedad infantil). Recuperas recuerdos con menos dolor (la infancia deja de ser una

herida abierta). Conexión con tu "Tribu Elegida" atraes amigos y vecinos que respetan tu historia (no como en la infancia, donde te sentiste incomprendido). Tu entorno inmediato se vuelve seguro (dejas de repetir dinámicas de exclusión). Me la pase toda la vida esperando que el exterior me entendiera me solucionara todo lo que estaba mal. Busque afuera lo que estaba dentro, trate de arreglar y sanar al exterior cuando resulto ser adentro el verdadero camino de liberación. Te invito a escribirle a ese niño que aún espera dentro tuyo una carta con todo lo que te hubiera encantado leer cuando eras un asustado niño, son actos conscientes de sanación, estas son las terapias simples que curan la herida que todos llevamos dentro. Al final no importa si llegamos más sanos o más rotos a la vida adulta, como muchas veces me compare con el entorno cercano, si no ¿qué vas hacer con ellos?

Permanecerás indiferente ante tus necesidades como alguna vez sentiste que lo hacían tus cuidadores, o tomaras acción y te harás cargo de tu niño interior de una vez por todas, él aun espera que tomes una decisión.

Mi madre adoptiva tenia un lindo dicho que siempre recuerdo:

"Dios no pone cargas sobre hombros que no pueden llevar la carga"

Tienes todo lo necesario en este instante para curarte o sanarte, solo debes tomar la decisión tú.

Capítulo 4

"Una mentirita blanca – Hogar dulce hogar"

¿Cuál es tu cuento favorito de la infancia? El mío es Los tres cerditos. Para quienes no lo conocen, la historia sigue a tres hermanos que, al independizarse, deciden construir cada uno su propia casa. Lo fascinante es cómo sus percepciones del tiempo y el esfuerzo determinan sus elecciones:

El primer cerdito, impaciente, erige su hogar con paja en un instante, priorizando la velocidad.

El segundo, algo más prudente pero aún apresurado, opta por madera, equilibrando rapidez y solidez.

El tercero, mi favorito, elige ladrillos. Mientras sus hermanos se burlaban de su meticulosidad, él trabajaba sin prisas, entendiendo que la verdadera protección requería tiempo.

El clímax llega con el lobo feroz, que derriba con un soplido las casas frágiles, obligando a los cerditos a refugiarse en la estructura de ladrillo. Allí, el hermano criticado por "lento" se convierte en su salvador. La moraleja es poderosa: la disciplina y la paciencia, aunque parezcan innecesarias en el corto plazo, son invencibles ante las crisis.

Creo que este cuento infantil ubica varios elementos entre ellos los distintos conceptos de hogar que se manejan, y como sentimos siempre que el modelo nuestro es el mejor, incluso si sufrimos a con él. Este modelo o idea de cómo se arma un hogar, principalmente es aprendido de niños.

Pero, ¿Qué es un hogar? Mi vida repite los patrones mi infancia, llegue a este mundo como un niño incomodo (huérfano), el universo me bendijo con

2 padres amorosos y luego 3 hermanos, mi familia adoptiva. Mis padres armaron su hogar con mi llegada, algo que repetí de adulto con mis dos hijos, en dos oportunidades diferentes con cada uno. Llegando ambos hijos de forma inesperada, donde incluso no tuve la elección de sus nombres y el clima fue inestable, con mudanzas y complicaciones. Que podemos deducir con esto, rápidamente podríamos ver dos cosas, la primera tendemos a repetir historias, la segunda todo es fractal en este universo, ¿Qué es un fractal?

Imagina un brócoli: si rompes un pedacito, parece un brócoli en miniatura. ¡Eso es un fractal! Patrones que se repiten en diferentes tamaños (como los copos de nieve o las ramas de los árboles).

Experimento mental: El espejo mágico

Paso 1: Enciendes una linterna frente a un espejo roto. La luz se refleja en mil pedacitos y forma dibujos en la pared.

Paso 2: Si estudias esos dibujos, ¡puedes deducir cómo eran los trozos del espejo! El resultado final (los dibujos) te revela cómo era el principio (el espejo roto).

Imagina esto por un momento, no te dijeron que el "espejo estaba roto", te mintieron sobre tu origen e identidad. Usando el principio de fractal, puedes rápidamente a deducir la información faltante inicial, debes observar tu vida solamente.

Hogar, hijos (Piedra angular) solo con su llegada se hace un hogar. Recuerden que esta fue mi experiencia, les invito a descubrir ¿cuál la piedra angular de tú hogar mental?

La base principal se monta sobre un engaño o una mentira, piedra angular (Dario Alfredo) el niño arma a su llega el hogar, la base elegida es la mentira y la negación de la verdad.

Este patrón también pude verlo repetirse en mi vida, la duda genética siempre fue un fantasma que me persiguió con mis hijos, como si fuera una voz al lado mío, que me dice: "no son tus hijos de sangre". Este fractal me trajo mucho dolor y sufrimiento, extendiéndolo a ellos.

Pero igual que en una batería existen dos polaridades, el fractal no solo envía lo negativo, también lo positivo. La verdad es que mis padres adoptivos son las personas con más amor incondicional que conozco, no solo me enseñaron de amor, también me enseñaron a reconocer, responsabilizarme ante todo lo que me cae en las manos, esto también lo vi reflejado como fractal en mi vida muchas veces.

Una casa o un hogar se sostiene sobre bases, también llamados cimientos, estas bases son las estructuras sobre las que se erige el hogar. Volviendo al cuento infantil del inicio, la rapidez o velocidad afecta la solidez, muchas veces los caminos más rápidos o simples pueden ser mentiras o engaños, dando soluciones a corto plazo, debilitando la base ante tiempos de crisis o vientos de cambio. Romper el ciclo se trasforma en nuestra responsabilidad, como es mujer que recibe una noche de manera inesperada a un niño asustado y desvalido, decidiendo ser su madre para siempre, su alma escucha el llamado y lo acepta. Es nuestra alma la que escucha el llamado a cortar los patrones repetitivos del árbol. No traslado mas dolor y sufrimiento a las siguientes generaciones, tomo la responsabilidad y corto aquí mismo, en mi la malformación. Esto no solo te sana a ti, si no que sana a todo el clan, hacia arriba como hacia abajo.

Esto requiere valentía y determinación, con tiempo de presencia consciente y meditación podéis reordenar tu piedra angular y base, tienes ambos extremos de un mismo elemento, y nuestra decisión que punta es la que tomaremos, en mi historia aquí compartida, existen mentiras y

negaciones, pero también en el mismo relato existen verdad y reconocimiento, solo requiere la perspectiva mía, desde donde ver la historia, desde la herida y el victimismo, o desde la madurez y curación el perdón, que me hace un afortunado, y un valiente aventurero capaz de cruzar por todas estas experiencias, con una bolsa llena de piedras preciosas en forma de experiencias de vida, lo único real que te puedes llegar hacia el otro.

¿Lo físico es importante cuando hablamos de hogar? Claro que lo es, necesitamos elementos para un hogar confortable y acogedor, Los cerditos del cuento al independizarse deben optar según sus percepciones de hogar, algunos eligiendo entre tener más tiempo o más seguridad. Pero aterrizando la idea, hasta no volver las conscientes, estos estos puentes de conexión mentales, seguiremos recibiendo la visita del lobo feroz, soplando sobre sobre nuestros hogares, para retar su resistencia.

De hecho, el primer hogar que conocemos es nuestro cuerpo, habitado por el alma, las bases de tu hogar físico se proyectan de él. Es dominado por la razón o la intuición, que influencias obedece, escases o abundancia, reaccionando para acumular o ser justo e indicado, como observa esto con negación o reconocimiento.

Un hogar es un territorio, y como tal tiene reglas o leyes, obedecen bajo premio, castigo y consecuencia. Estas son leyes universales, y nosotros somos parte de él, pero que pasa cuando nos enseñaron a premiar dolor y sufrimiento sobre placer, o premiar placer sobre deber, o castigar quietud sobre movimiento, o movimiento sobre quietud, interpretando competencia por encima de cooperación.

El hogar es fractal de la sociedad, no está ajeno al medio, muchas de las costumbres aprendidas en mi idea de hogar están influenciadas por entorno social donde vivo.

Son estas observaciones conscientes las que desnudan, enseñando los patrones repetimos inconscientemente que terminando derrabando ese hogar. Somos todos diferentes, el significado de quietud para alguien seguramente dista por completo del de otro. Incluso si hablamos de necesidades físicas pasa lo mismo, algunas personas necesitan de más acumulación material que otras y viceversa. La idea misma de éxito y fracaso o progreso son diferentes entre individuos.

Es que tal vez no hay una fórmula mágica, seguir los mandatos sociales o familiares ciegamente, pueden llevarnos directo a la infelicidad o una jaula. Si fuiste enseñado a seguir la razón nada más, porque eso era lo que funcionaba para tus ancestros o linaje, y hoy en un mundo que nadie entiende, ni siquiera los que lo dirigen, seguir la intuición puede ser el mejor camino. Aunque en el pasado fuiste castigado por esto, debemos tomar una decisión clave, seguimos ciegamente lo el estatus quo y premiamos velocidad, por encima de resultado. O somos pacientes y usamos este sentido tan importante jamás fue permitido desarrollar, la intuición. Este conecta con nuestros otros centros energéticos, dando el mejor panorama, que solo seguir lo que nos dijeron. Incluso volviendo al cuento infantil podríamos agregar una nueva perspectiva si el lugar donde construyen sus hogares los cerditos, fuera un lugar de tornados, usar materiales ligeros, como los usados en la construcción en seco, seria considerado correcto y adecuado, bajando el costo de producción y también minimizando los riesgos, entre otros. Aplicando esta nueva perspectiva, podríamos llevar a todos donde no existen cosas buenas o cosas malas, solo existen nuestras decisiones y las consecuencias de ellas.

Ritual de Sanación "Los Cimientos del Alma"

(Para reconectar con el concepto de hogar, sea cual sea tu historia)

Materiales (adaptables):

4 objetos pequeños (piedras, velas, cristales, o incluso frutas).

Tierra, arena, o sal (símbolo de base).

Un papel y algo para escribir.

Algo que represente "hogar" para ti (una foto, una prenda, una semilla).

Pasos (a seguir):

1. Prepara Tu Espacio

Busca un rincón tranquilo (puede ser tu habitación, un jardín, o incluso un rincón de tu mesa).

Enciende una vela o una lámpara y di:

"Hoy honro todo lo que el hogar ha sido para mí. Y elijo lo que será desde ahora."

2. Nombra Tus Cuatro Pilares

Coloca los 4 objetos formando un cuadrado (son los "cimientos" de tu hogar interno). En cada uno, piensa (o escribe) una palabra:

Herencia (lo que recibiste, sea bueno o difícil).

Dolor (lo que cargaste y ya no quieres llevar).

Elección (lo que decides conservar).

Futuro (lo que quieres construir).

Ejemplos adaptables:

Para alguien con familia disfuncional: "Herencia: resiliencia. Dolor: silencio. Elección: amor. Futuro: libertad."

Para quien extraña su país: "Herencia: idioma. Dolor: exilio. Elección: raíces. Futuro: pertenencia."

3. Acto de Liberación

Toma el papel y escribe: "Libero lo que ya no es mío. Bendigo lo que me fortalece."

Quémalo (con seguridad) o rómpelo en pequeños pedazos y mézclalos con la tierra/sal.

4. Siembra Simbólica

Coloca en el centro de los 4 objetos tu símbolo de hogar (ejemplo: una semilla, una llave, una carta).

Di en voz alta: "Mi hogar está donde yo estoy. Mis cimientos son lo que yo elijo."

5. Cierre

Guarda uno de los objetos (el que más te hable) en tu bolsillo o bajo la almohada durante 7 días.

Afirmación final:

"Llevo mi hogar dentro. Donde quiera que vaya, ya estoy en casa."

Explicación Universal:

No importa tu historia: Este ritual sirve para quien haya perdido su hogar, lo haya idealizado, o simplemente quiera redefinirlo.

Flexible: Puedes usar lo que tengas a mano (ej: 4 monedas, 4 hojas, 4 gotas de agua).

Sin juicios: Honra tanto el dolor como la belleza.

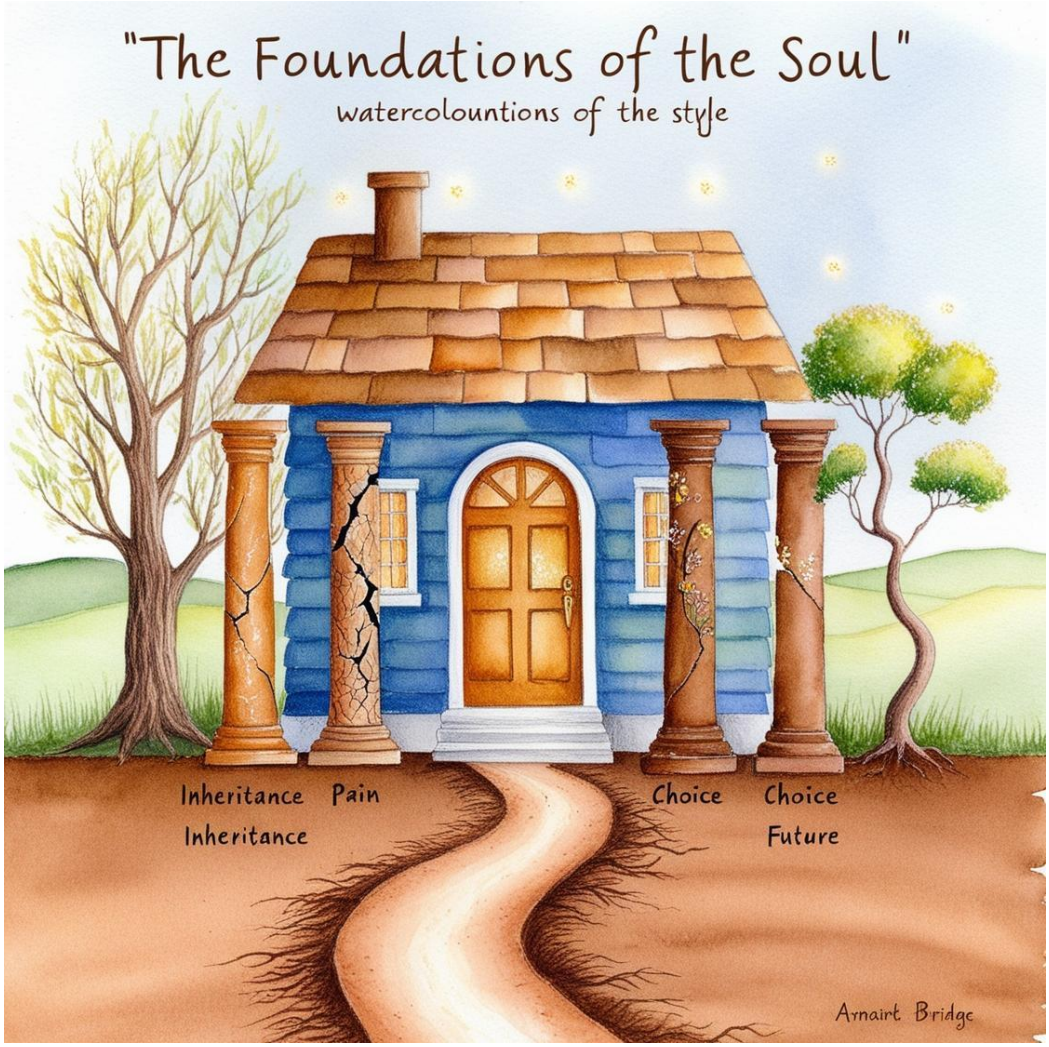
Variantes según Necesidad:

Para niños: Usa dibujos en lugar de palabras.

Para minimalistas: Hazlo mentalmente, visualizando cada paso.

En comunidad: Invita a otros a colocar sus objetos en un círculo compartido.

Este ritual no pide pasado. Pide presencia.



Capítulo 5

"El poder de creación – sin planos"

Los grandes avances tecnológicos y científicos han nacido de una idea básica, de una visión. ¿Qué es esta poderosa herramienta capaz de transformar lo etéreo en materia? La imaginación es ese espacio onírico donde sentimos verdadera libertad de creación, donde todo es posible. Es la actitud innata de un niño, pero todos la usamos a diario sin darnos cuenta.

🎭 Placer y Dolor: Interpretaciones de la Mente

Nuestras mayores aflicciones y placeres se fundamentan en idealizaciones y racionalizaciones propias o colectivas, una forma de elevar la fantasía mediante la inteligencia. Lo que percibimos como placer o dolor está sujeto a nuestra interpretación mental o imaginación, dejando libertad de interpretación. Por ejemplo, un maratonista de fondo podría encontrar placer en el dolor constante de una prolongada prueba física, modificando su percepción desde la imaginación. Idealizando o romantizando el sufrimiento, elevando la situación física a una actitud o compromiso, disciplina o búsqueda. Transformando una fantasía mental en algo tangible como correr 42,195 km, una distancia abrumadora incluso para recorrer en vehículo.

💔 Expectativas y Realidad: La Imaginación como Doble Filo

La imaginación también puede afectarnos negativamente, por ejemplo, cuando elevamos las expectativas en parejas o amigos. Ayudados por libros y películas, nuestra imaginación encuentra rápidamente los caminos establecidos de cómo debe ser una relación amorosa y romántica, llevándonos al fracaso cuando esta imagen mental no coincide con la

realidad. El trabajo tiene los mismos mecanismos: sabemos bien cómo luciría el trabajo de nuestros sueños, produciendo ansiedad cuando no se encuentra.

🎨 Creatividad: Entre Libertad y Compromiso

Creatividad. Lo primero que me trae esta palabra es libertad. Aunque no siempre es así. Los hijos también son una creación, y luego de la felicidad por su llegada, posiblemente lo que siente un padre o una madre es la pérdida de libertad propia, al entender que sus tiempos deberán ser compartidos con su hijo o hija. La creatividad no invita ni a la libertad ni al encierro; las ideas que elevamos sobre ella son las encargadas de polarizar nuestras creaciones. Esta misma idea del hijo llegando a la vida de alguien puede ser percibida de maneras diferentes, como ese maratonista que encuentra placer en secciones de entrenamiento sumamente dolorosas.

🌀 Soltar el Control: Un Acto de Fe

Pero si no podemos confiar en la razón y la intuición para entender correctamente esta importante herramienta que es la manifestación, ¿qué nos queda? La ilusión del control, creer que podemos manejar cada aspecto de la creación, el amor romántico, los hijos, el juego y los placeres. Existen aspectos que sí podemos controlar: nuestras percepciones propias, como el ejemplo del maratonista. Darse la oportunidad de confiar en el proceso ayuda a soltar esta ilusión.

Como ese juego de mesa que te pareció aburrido cuando lo viste, pero que terminó siendo muy divertido cuando lo jugaste. Cuando te entregaste al sabor de una comida nueva que no lucía bien, pero luego era deliciosa. ¿Cuántas veces encontraste el camino cuando te rendiste al control? La creación es el resultado que se da cuando se juntan la razón y la intuición. Volviendo al ejemplo de los hijos, por más metódicos que sean los padres,

muchas cosas quedan fuera de los planos. No podemos elegir de quién nos enamoramos, tampoco podemos elegir cuál de todos nuestros espermatozoides será el que hable con el óvulo para entrar y fecundarlo. El proceso requiere de razón para elegir palabras adecuadas al empezar la relación, tu intuición te avisa con tu corazón al latir de forma diferente, pero este proceso no puede ser guiado en planos, implicando confiar.

🌱 La Semilla: Metáfora de la Creación

Una semilla en la tierra obedece las mismas reglas. Podemos cuidar el suelo donde la sembramos, en una tierra con nutrientes y humedad, en un lugar con la luz indicada, pero no podemos controlar el momento exacto cuando la semilla se transforma en una planta, tampoco controlar su esencia propia. Si plantamos limón, tendremos un limonero; por mucho que deseemos manzanas, será su esencia propia la que se exprese.

🛠️ La Escultura Interior: Liberar lo Esencial

Soltar el control implica aceptar la vulnerabilidad. Este es un acto de poder invisible. Cuando ocurre la creatividad en algo que aún no existe (un libro, una pintura, una canción), aprendemos a coexistir con la vulnerabilidad de no conocer el camino o el plano. Un amor romántico implica abrirse sin garantías, entregarle el control a una relación sin exigir seguridades. Criar a un hijo o hija, un alma que nunca podremos controlar del todo, solo guiar, cuidar y ayudar a fortalecer. Y si hablamos de juego y placer, sin soltar el control no dejarás que entre la alegría de la diversión.

Soltar el control es un acto de valentía y de fe. Todo pasa por algo y siempre es a nuestro favor. Miguel Ángel no creó 'La Piedad'. La liberó. Y tú, aunque no lo sepas, llevas dentro una obra maestra esperando que retires lo que sobra: las capas de "no merezco", las astillas de "¿quién soy para brillar?", el polvo de "el placer es egoísta". Debes usar las herramientas

indicadas para trabajar: el cincel de la verdad, cada vez que dices una línea honesta, un pedazo de mármol cae; el martillo del dolor, lo que llamas sufrimiento es solo la tensión necesaria para partir lo falso, una percepción elegida que puedes transformar a tu favor (ejemplo: maratonista).

"La escultura ya estaba dentro de la piedra. Yo, únicamente, he debido eliminar el mármol que le sobraba", apuntó el joven maestro Miguel Ángel Buonarroti sin titubear, ante la atónita mirada de los presentes. Allí nació su leyenda.

Todos podemos entender las palabras del artista florentino: la escultura siempre estuvo atrapada en el mármol; él retiró el sobrante. Esta tarea monumental le llevó 2 años (1498–1499), según Vasari. Una piedra de 1,8 metros por 1,2 metros, usando una técnica: cincel puntiagudo (gradina) y martillo, eliminando capas gruesas al inicio y refinando con golpes precisos al final.

Fase inicial (desbaste): ~50,000–100,000 golpes (para dar forma básica).

Fase de detalle (pliegues, rostros, manos): ~200,000–300,000 golpes (precisión milimétrica).

Total, estimado: ~250,000–400,000 golpes.

Abrumadores números que resaltan la disciplina mental del artista. Bastaría un solo golpe para arruinar toda la obra. ¿O cómo creen que veía desde su percepción Miguel Ángel? ¿Creen que contaba los golpes? O más bien encontró un método más eficiente que lo enfocaba, alejándolo de la ansiedad, como confiar en que cada golpe lo acercaba a la obra invisible, entendiendo que solo lo falso se desmorona; la esencia es indestructible. Por eso, un acto de valentía y poder: soltar el control. ¿En qué estabas pensando?, me decían de pequeño. No es abandonar el razonamiento;

soltar el control es entender que la mente no está para resolver absolutamente todo. Una parte es resuelta por ella, otra por la intuición, y existe una fuerza que lo interconecta todo: el amor incondicional del universo. Cuando creamos desde el miedo, la piedra se resquebraja; cuando creamos desde el amor, la figura emerge.

¿Desde dónde creen que talló Miguel Ángel ese descomunal bloque de mármol? ¿Desde el miedo o desde el amor?

🕯️ Ritual de Sanación: "El Cincel y el Latido"

Para soltar la ilusión de control y crear desde el amor

Materiales:

Un objeto moldeable (arcilla, jabón, bloque de yeso, o incluso una fruta grande como una sandía).

Una herramienta (cincel, cuchillo sin filo, cuchara, o tus propias manos).

Una vela blanca o dorada.

Música instrumental (opcional).

Pasos:

Preparar el Espacio

Enciende la vela y di en voz alta:

"Hoy no busco controlar. Hoy permito que la forma que ya existe se revele."

Si usas música, elige algo sin letra (para evitar que la mente racional domine).

Diálogo con el Material

Toca el objeto (arcilla, jabón, etc.) y pregúntale:

"¿Qué quieres ser cuando te liberes?"

No pienses la respuesta. Deja que tus manos actúen.

El Primer Golpe (Sin Plan)

Cierra los ojos.

Dale un golpe o marca al objeto sin pensar. Abre los ojos y observa.

No juzgues si es "correcto".

Escribe o dibuja lo que sientes en ese momento (ejemplo: "Miedo a equivocarme", "Alivio").

Tallar con Amor (No con Perfección)

Sigue trabajando el objeto, pero con una regla:

Cada vez que sientas miedo (ejemplo: "¿Lo estoy arruinando?"), detente y respira.

Cada vez que sientas fluir (amor, curiosidad), sigue adelante.

Repite en voz baja:

"Solo quito lo que sobra. La belleza ya está aquí."

Cierre: Honrar el Proceso

Coloca tu obra en un lugar visible (aunque esté "incompleta").

Escribe en un papel:

"Mi vida no es un proyecto perfecto. Es una escultura viva. Y hoy, le quité una capa de miedo."

Quema el papel (o guárdalo bajo la vela hasta que se consuma).

Explicación Simbólica:

El objeto moldeable: Representa tu vida, tu arte, o cualquier área donde sientas ansiedad de control.

El golpe a ciegas: Es soltar la ilusión de que todo debe plan

Capítulo 6

"La rutina – El sanador o El destructor"

No quiero explicar que es la rutina, porque es algo que todos conocemos y entendemos, también el significado que tiene en nuestras vidas, desde una temprana edad tomamos contacto con esta idea, tenemos rutinas de alimentación rutinas de sueño y descanso, incluso de niños tenemos rutinas de estudio y juego, también de trabajo. Sabemos perfectamente que es la rutina, pero ¿conocemos el impacto invisible? Como nos afecta a nivel físico y psíquico la rutina. ¿El poder que tiene una buena rutina?

Es un motor generador, capaz de impulsarnos a lugares impensados, o sumergirnos en lugares terribles. Esta capacidad humana que tenemos para sostener una repetición o constancia de un acto o habito, llamada rutina es una poderosa herramienta de cambio y fortalecimiento, como también una jaula de piedra capaz de encerrarnos y llevarnos hasta el fondo.

En nuestros primeros años de vida, las rutinas son armadas por nuestros padres, rutinas heredadas también por los padres de nuestros padres, cada generación va refinando el proceso. Estas rutinas llevan una información, muchas veces inaudible, invisible que cargan al inconsciente formando un código que usaremos para hacer hábitos y rutinas para que luego sean percepciones y mapas mentales, de adultos usaremos este código con nosotros mismos y los demás. Esto también emergerá, por ejemplo, inicias un negocio nuevo, tu inconsciente usara ese código, palabra clave: "inicio de algo" desconocido, llevándote al momento uno, tus primeros años de vida, esa memoria guarda la información de ¿como es un inicio? Este patrón de rutinas se puede aplicar en otros también, ej. rutina de salud ¿necesitas confirmación o permiso médico para tener buena

salud? (chequeos mensuales, o fobia hospitalaria) actos aprendidos en la infancia temprana y reforzado luego en tu adultez. El cuerpo es como un templo que requiere cuidados (alimentación, sueño y movimiento). Esa información estuvo siempre visible e invisible, Si creciste en una familia con problemas económicos o recursos escasos es posible, que desarrolles de adulto una fobia a la atención médica o la enfermedad misma, como si no tuvieras permiso para enfermar o lo contrario exactamente, se puede expresar en un extremo o el otro. Lo mismo sucede cuando hablamos de las demás rutinas humanas como el trabajo ¿eres cercano o distante? ¿lo amas o lo odias? (trabajo en relación de dependencia, trabajos o domésticos) ¿necesitas reconocimiento o resarcimiento económico? Las acciones repetidas construyen identidad, es por eso que sufrimos tanto una perdida laboral (despido o renuncia).

Crecí con mis padres adoptivos, bajo el peso una mentira, hasta tener el documento DNI reglamentario, los primeros años marcaron varios aspectos que se reflejarían luego en mi vida adulta. Utilidad obligada y permiso para existir, sentir que estoy obligado a ser útil para pertenecer, creer que "solo soy valioso si sirvo" (herencia de sentirte "en deuda" por ser adoptado). Crecer en un entorno donde el amor se vinculó a utilidad (ej: "Debes portarte bien para ser aceptado").

No necesitas ser útil para ser amado, solo basta con latir para estar vivo, libera la creencia de que debes ganarme el derecho a existir a través del sacrificio, son ideas heredadas. Culpa y perfección en lo pequeño (hábitos, apariencia) para compensar el caos de lo grande (Pon atención a los detalles). Creer que el amor/seguridad se ganan con servicio o control (ej: rutinas rígidas, sobrecarga laboral). "Si no cumplo las reglas, seré abandonado otra vez." La mente juzgando al cuerpo por "fallar". Ser un corredor de fondo (Maratonista) es una las cosas que amo hacer en esta vida, me toco participar en eventos deportivos donde busque muchas veces

una marca, o reconocimiento por mi trabajo, cuando no encontré esta meta mi mente culpo a mi cuerpo. Una parte de mí, juzga a la otra por no cumplir, el cuerpo no es el problema, buscando perfección y evolución desmedida. Me la pase toda la vida buscando responsables afuera, mis progenitores inexistentes o ausentes, una familia adoptiva con condiciones y engaños, y el único que no tiene responsabilidades en todo esto soy yo, una simple víctima de la vida, pero luego cada vez que intentaba hacer algo por mí, me daba con los bloqueos y callejones sin salida, y un silencioso lamento que solo yo puede oír y ver, no necesito permiso para existir, tampoco para ser mi tutor, todos hicieron su tarea, mis padres biológicos darme la vida, mis padres adoptivos cuidarme y criarme, ahora es momento de que me haga cargo y me libere de todo lo que impide ser feliz. Es momento de volver consciente lo inconsciente y decidir que me sirve para seguir y que debo dejar ir. Estos hábitos que formaron el código hoy transformados en mapas mentales, me acompañan a cada paso y emprendimiento, formando la rutina de mi vida, no es algo que puedo dejárselo al exterior, es una responsabilidad demasiado importante para no cuidarla.

Mascotas, seres que nos enseñan amor incondicional en lo concreto. Las mascotas no aman por servicio: aman por existir. ¿Y tú? ¿eres dependiente? ¿cómo te relacionas con el amor? Hábitos diarios constructivos o son tóxicos, podemos aprender mucho de estos maravillosos seres, las mascotas son la encarnación del amor puro, con solo mínimos cuidados (paseos, comida y afecto). Nos muestran el gran poder del servicio y los hábitos, haciendo lo ordinario con una intención extraordinaria, perros grandes custodios, fieles hasta su ultimo día, inquebrantables, jamás los afecta tu energía, ni un mal día, ellos siempre tendrán una intención de alegría al verte, gatos capaces de leerte como ningún oráculo, parecen conocerte mejor tu mismo, amorosos y mimosos,

te llenan de amor y pelos. Cada mascota nos enseña el valor de la rutina y de los buenos hábitos, estos pequeños votos con uno mismo y los demás, el servicio de dar sin esperar nada a cambio, como ese árbol que ofrece su fruto a todo aquel que pasa, sin importarle si es bueno o malo, solo expone su fruta para aquel que la tome.

No importa que tan rígidos o sufridos fueron los hábitos o rutinas que aprendiste, puedes adoptar tu niño interior y enseñarle nuevos caminos, mas elevados, mas saludables, sin culpa, sin obligaciones ridículas o imposibles de cumplir, solo debes iniciar usando herramientas como la del perdón, convertirte en un observador neutro de todas tus situaciones, sin juzgarlas, sondear sin culparte, como lo haría un investigador o detective, recaba información, sin adelantar cargos. Solo encuentra evidencia que cuente la historia, con el tiempo esto empieza a dar la versión de los hechos. Al perdón solo puede llegar cuando lograste la neutralidad máxima. Dejaste de tomar parte para ninguno de los lados participantes.

Experimentaste un lado, experimentaste el otro, mediste, luchaste, sufriste y cambiaste, dejaste de pelear por cual lado es más importante. Llegaste a lo profundo del entendimiento que ambos lados son parte de ti, lograste la capacidad de ser ambos extremos y solo en esa energía de entendimiento y neutralidad, llega el perdón, la perfección se alcanza, no en actos ni en acciones, tampoco en ti, si no en el camino que te llevo ahí, la perfección te alcanza a ti, demostrando que siempre estuviste donde debías estar, aprendiendo exactamente lo que debías aprender. El perdón no solo te exonera a ti, por las faltas que siempre te invadieron, sino que también exonera al sistema familiar de las energías densas que retienen el bloqueo, refrescando e impactando de forma positiva en todo el árbol. Se vuelve la herramienta principal para avanzar en bloqueos personales y familiares.

Merecimiento, aquí pone vigor lo hablado anteriormente, hábitos, son ese motor generador, capaz de impulsarnos o sumergirnos, cuando llevamos demasiados ciclos lunares de dolor y sufrimiento, resistencia al cambio sumado a hábitos tóxicos y dañinos, perdemos la capacidad de merecer. Nos aceptamos por pecadores, y abramos el ciclo de sufrimiento sin cuestionar. Lo adoptamos por realidad. El merecimiento es una narrativa propia, que elegimos seguir primero de los padres, luego es social pero siempre capaz de ser escrita, con nueva información. Ese merecimiento aprendido por la abuela, mujer madura con espíritu calmo sereno, pero atenta y dispuesta a cumplir las necesidades de un niño básicas y más. Generando a temprana edad un merecimiento, en salud, como si el termómetro fuera el de la abuela, metafóricamente hablando. ¿Merecimiento de salud?

Vivimos toda una infancia completa, bajo los estímulos del exterior, aprendimos a interpretar los eventos externos como propios, dejando que nuestro interior se olvide, como una puerta tapada por desechos y suciedad. La salud es costosa, aprendemos con nuestros padres, remedios, clínicas, internaciones, traslados ambulancia, incomodidades para el descanso para todos, mejores condiciones económicas garantizan mejores tratamientos y mejores nosocomios. Posición e influencias garantizan mejores condiciones durante todo el proceso de recuperación. Podría seguir, pero en uso ilustrativo, decir que la salud, o nuestro concepto de ella se encuentra fuertemente ligada a condiciones de miedo y dolor, desprendernos de esas creencias, consolidar nuevas rutas mentales, entregarnos al proceso desconocido, recordando que somos la generación que encamina un rumbo nuevo.

Si estás aquí leyendo este libro, es porque entendiste el valor de lo real, un árbol traslada información de su raíz hasta su terminal, llevando solo lo importante hacia arriba, dejando la información más densa abajo, en el

tronco. Somos ese tronco en la familia. Debemos absorber la información densa y transformarla en amor y luz. Al mismo tiempo nos endurecemos como ese tronco, haciéndonos más fuertes.

Navegar por aguas familiares, jamás es una tarea simple. Múltiples visiones y opiniones, temas de salud importantes involucran al grupo completo. Deben encontrar quorum, generando un efecto mariposa en toda la salud del clan. Enfermarse en una manada ruda o de lobos, es señal de debilidad, como si perdieras los privilegios de voto o pertenencia, y quedaras a tu suerte o a la ayuda de compasivos. Esta es la lección que esta aprendiendo. El clan debe integrar a todos los elementos, como hijo adoptado, puedo dar testimonio de esto. En instancias decisivas la capacidad como hijo no sanguíneo, altera mi voto o decisión, la verdad se desnuda indiscutible, no podemos usar los métodos persuasivos cotidianos, haciendo raras las situaciones donde se busca quorum, una parte de la información está sobre la mesa, mi madre enferma, aquí los métodos tradicionales, donde los hijos mayores guían a los menores, sin perder su importante visión como menores, haciendo quorum completo cuando guían a los hijos mayores.

Mientras la otra información, está escondida, es un secreto que condiciona la primera metodología tradicional, hijo de apellido y documento, el no entiende no es de su sangre, no sabe. Esto genera tensión familiar, es justamente una de las situaciones medicas de las abuelas (tensión alta o baja) todas las familias poseen dos ideas que dividen generalmente al clan (lógica y mete) (emociones e intuición) Esta es la herencia ancestral. Alguien se tiene que elevar sobre el resto, reconocerlos a todos y abrazarlos con amor incondicional, esto es el trabajo de perdón. Cuando olvidamos lo sucedido, abrazamos la experiencia, aprendemos de lo sucedido, entendemos el propósito y crecemos.

Las enfermedades vienen hacer un "alto de amor", donde tendremos la verdad frente nosotros. Dos caminos se abren paso, aceptarlo y seguir adelante o perecer.

Si tu decisión fue seguir, entender la idea inicial propuesta somos esa generación adulta que decidimos retener lo denso en nuestro tronco, fortaleciendo desde el amor y la luz. Pero implica volar a ciegas, nos acostumbramos a una hoja de ruta ancestral, usamos los caminos de siempre, siempre tapando y arreglando baches, pero los mismos deficientes caminos, traslado el trauma a la siguiente generación. Atrapando al clan entero en la trampa de la densidad, sufrimiento dolor y miedo, esos elementos que conocemos muy bien.

Nos llenan por dentro de sensaciones perfectamente conocidas, caminar por senderos nuevos, es de valientes, no es de bravos es seres con el coraje para fallar sin dolor, aprender de los errores y de las experiencias, desarrollar los sentidos para percibir información de otras las capas energéticas, como por ejemplo la de la intuición, este sexto sentido que siempre hablaron las mujeres, esta capacidad de ver información en donde aparentemente no se ve. Y escuchar y sentir donde aparentemente no existen razones lógicas para fundamentar lo escuchado o percibido. Educarnos para vivir con esta nueva capacidad o sentido, es una tarea de práctica. Donde será muy fácil para el ego, tomar partido en cada situación obtenida. El perdón honesto y sincero deberán inundarte por completo, existieron un sinfín de situaciones desafiantes que te hacen quien "eres hoy", y deberás entender la perfección misma del desarrollo completo, y la nueva interpretación del escenario de exclusivo uso propio, para reescribir cualquier historia mal interpretada o mal contada.

¿Pero porque cuesta tanto perdonar? Será por la memoria, o esa por una muy convenientemente ordenada herramienta que solemos usar para la

memoria los humanos. Esta herramienta se encuentra llena de condiciones, llena de caprichos, llena de obstáculos y ruidos, llena de dolor, llena de traumas, condicionada para otro propósito, mantenernos en un pensamiento mas denso, este mecanicismo usa una imagen basada, en nuestras propias inseguridades, nuestros miedos, nuestra integridad. Dificultando la neutralidad e imparcialidad en los recuerdos y memorias, imaginen una pila de revistas, debemos ordenarlas para su correcto procesamiento bibliotecario, por ejemplo, si solo apilamos su orden en memorias positivas o buenas, más memorias negativas o perdidas y fracasos, será apilar revistas hasta caigan por gravedad. Teniendo que salir a pescar cada vez que necesitemos un recuerdo.

Ejercitar la memoria, es una tarea que alcanza a cualquier persona de edad o género, nos alcanza a todos, como especie humana, percibir mejoras en esta herramienta que llamamos memoria, para un uso más consciente y mejorando los puentes al mundo inconsciente, donde se encuentran los recuerdos traumáticos, olvidados en un inmenso basurero mental, como esa alfombra que tapa las partículas barridas de un piso, partículas o elementos extraños "sin clasificación", son inmediatamente descartados como desecho, ¿tal vez? por una simplista forma de organización, o tal vez porque esta actual herramienta quedo obsoleta y requiere re-ajustes.

Tapar no una buena opción cuando hablamos de mente, con un simple ejemplo podemos entender, como nuestros mecanismos mentales se encuentran fractalizados con la misma realidad. Memorias tapadas con comida, por ejemplo, hambres de antaño, antiguos, olvidados, hambres que te dieron miedo, o te mostraron necesidades feas, caen a un gran hoyo, donde creemos que eso no volverá a cruzarse con nosotros nunca más. Como si esta alfombra tapando la suciedad de abajo, cambiara la situación, la suciedad aún existe, solo que está escondida. Escondida en tu mente

lista para actuar cuando menos lo esperes, en tu mundo cercano o lejano, luego lo llamamos sociedad, familia, amigos, compañeros, colegas, vecinos, conocidos, seres queridos, mientras más profundo nos adentramos en el inconsciente, más cercano o lejanos será el vínculo que se manifieste en el exterior o en la vida.

¿Qué recuerdas de una memoria? Lo que te hicieron y como te hicieron sentir, el resultado, la secuencia de los hechos, lo que te enseñaron a percibir por bueno o malo, o lo que enseñaron por éxito y fracaso, al final todo el modulo mental se encuentra condicionado, pertenece a un sistema viejo y obsoleto, las conexiones son antiguas, para fraseando un sabio personaje de ficción Daniel Larusso al final de Cobra kai una exitosa serie de streaming, dice: "Siempre tendremos recuerdos"

Ellos nos recuerdan quienes somos, a donde vamos, de dónde venimos, los recuerdos almacenados y administrados en esta herramienta llamada memoria, dirigen mucho más que solo ser un simplemente archivero imparcial en casos en que se requiere perdón. Al iniciar cada día, que es lo primero que percibes al despiertas, ¿que eres? Un inútil o lento, eres alguien rápido, asertivo, o eres alguien que está en deuda o moroso, ¿eres alguien abundante? que está dispuesto a dar o comparar, o eres un esclavista ¿un esclavizado?, o eres alguien libre, y dispuesto a ayudar a los atrapados, ¿te sientes como alguien que usa o es usado?, o te percibes como alguien no necesita nada porque sabe que todo está dentro de uno y que si no está ahí el universo lo proveerá.

Este complejo sistema de almacenamiento, que llamamos memoria es capaz de albergar grandes porciones de información en muchas capas de consciencia e inconciencia, volviendo a la acción de barrido, ¿porque se decide tapar la suciedad bajo la alfombra?

Que nos impulsa a seguir ese camino mental siempre, recuerdo cuando de niño, podía leer el estado de ánimo de mi madre adoptiva, estando tranquila, alterada o enojada, solo observando con detenimiento su forma de barrer, el ruido de las ollas al lavarlas o al guardar o al usar en el horno, sus charlas propias al cocinar, todo está guardado, y eso solo hablando de la capa inicial, papa mama yo, al agregar 4 elementos más los pares de abuelos, los de papa y los de mama. También podríamos relacionar con los 4 elementos familiares con los 4 elementos de la vida misma agua, tierra, aire y fuego, lo dejo a su libertad mi querido lector.

Para aclarar lo importante, elemento abuelos, capa fundamental y clave para los primeros años de vida, forman los cuatros centros energéticos que sostienen un humano en sus deseos y sus manifestaciones, yo mi "ser" sostenido por papa y mama, entre 4 pilares que son los 4 abuelos, en mi infancia algunas discusiones familiares sobre importancia y cuidado, derivaban muchas veces en que 2 abuelos eran más relevantes e importantes que los 2 restantes, incluso de muertos, papa y mama pujaron mucho por ello. Donde se dirimía la importancia y la soberanía de la verdad, la impresión de los hechos también, partiendo por la mitad a la familia grabando directamente sobre la memoria, afectando la visión y percepción de cualquier situación particular en donde encontremos a esos sabios ancianos que nos dejaron o dejan lo mejor hasta el final, y que, por pujas de papa y mama o internas familiares, los niños pierden información vital para manifestaciones y necesidades, como se describe la limpieza el aseo, los cuidados básicos, como se ve el trabajo y el placer, cada acción que relaciones estos elementos, vienen de estos pilares ancestrales representados con los abuelos, impactan directa e indirectamente sobre cada aspecto de tu vida.

mejorar las capas de clasificación inicial, de solo 2 elementos a por lo menos en 4 elementos, con un ideal alcanzable de 7 elementos, donde ubicamos a todos en su lugar, presentes, ausentes vivos o fallecidos, excluidos o integrados, entendemos la perfección del orden divino, la verdad más profunda es la aceptación incondicional de lo que haya sido.

YO

PAPA MAMA

MAMA de Papa	MAMA de Mama
PAPA de Papa	PAPA de Mama

YO

(+)	(-)
Tierra	Agua
Fuego	Aire

Capítulo 7

"El tren de los espejos – la antología de las relaciones"

Recuerdo pocos juguetes de mi infancia, motivos una familia numerosa, un país inestable económicamente, un sistema opresivo, resultado hogares que aprenden medir muy bien las prioridades, y dar valor a lo obtenido, ajustarse a tener lo estrictamente necesario, mi familia era una de ellas, recibí un Tren de regalo al primer añito de vida, según siempre conto mi familia, mi padrino Daniel Blanco el mejor amigo de mi papa, fue el que me regalo este fabulo tren de juguete. ¡Ocupaba toda una mesa entera!... decía mi mama cuando me lo recordaba, en el aquel entonces, la mesa familiar era redonda, hecha de una especie de aglomerado una madera de reciclaje compactado, con un acabado en formica (tipo melanina) color rojo, un pie de caño con 4 extensiones, tengo muchos recuerdos en esa mesa redonda.

Aquel tren podía recorrer toda la mesa en su contorno, las veces que quisiera, un pequeño mando podía controlarlo, impulsado a baterías conocidas como pilas en Argentina, "usaba pilas grandes" decía mi mama, con asombro, Eveready Battery Company era la marca de las baterías en ese momento, tal vez recuerdes la pila y su logo con un gatito negro saltando por el círculo de un 9, eran productos costosos, y su uso era para solo un juguete. La historia del tren es maravillosa, porque realmente llega hasta los 8 años aprox. cuando empecé a entender el valor de los juguetes y las cosas, recuerdo que solo quedaban algunas partes de este gran regalo.

Un tren de juguete es buen pasatiempo para niños y adultos, al igual que las relaciones, este juguete también puede ser una antología para explicar conexiones humanas. Un sistema circular lleno de vagones también podrían ser conceptos propios y heredados, ¿Por qué nos cuesta tanto? sostener relaciones del pasado (excompañeros del jardín, la primaria, la secundaria, la universidad), evolucionamos, todos a distinto nivel. Nos hace abandonar circuitos que dejan de resonar con nosotros. ¿Existen culpables cuando una relación se termina? aprendimos a culparnos o sentirnos abandonados al final de una relación, un responsable, una víctima, igual que aquel niño de la historia, que no supo cuidar su regalo y dejo que se perdiera. Las relaciones podrían ser circulares, al igual que este sorprendente juguete marcando mi infancia, recordándome que los amigos y socios pueden ser increíbles como el mejor amigo de mi papa adoptivo Daniel Blanco.

Estos paradigmas siempre condicionaron las relaciones cercanas y socios de mi vida. Paradigmas que provienen de mi niñez, toda situación nueva desconocida es tratada con plena atención, estos eventos únicos sin referencias previas hacen que rápidamente se viva en un tiempo de presente o atención plena, este proceso también suele derivar en traumas cuando el impacto de la situación es denso o agresivo, entonces dependiendo del impacto de la situación, no podría ser fácil acceder al banco de recuerdos, al igual que un sistema de autoprotección, perdemos el acceso a la información, pero sentando un registrando claro, para futuros casos similares. Creamos un camino mental, con sus ramificaciones.

Relaciones, las relaciones nos definen, nos modelan y veces también nos pierden, son una parte vital en la vida. Aprendemos a buscar referencias en ellas, consejo, compañía, aprendizaje, sustento y necesidades. ¿Pero que son las relaciones? Porque que son tan importantes en la vida.

Desde que se impulsaron las relaciones en el mundo digital en 2008 aproximadamente, redes sociales y espacios de encuentro virtual, home office 2020, muchos de los mecanismos que usábamos para nuestra seguridad y privacidad fueron fuertemente vulnerados, los amigos y seguidores se transformaron en los mismo, los likes, las vistas, el concepto de "estado" activo o inactivo, pasamos a percibir el exterior, en un estricto mundo digital binario donde estas encendido o estas apagado. Donde se debe compartir todo el tiempo información, incluso de carácter sensible y privado, para evitar una desaparición en este rápido y exigente mundo digital.

Hoy ante la coexistencia de ambos sistemas, un mundo físico y este digital, es normal que se mezclen los conceptos, es normal que se desdibujen las fronteras entre lo tangible y lo intangible. Pero no podemos perder de vista, la salud de nuestras relaciones y conexiones, en donde sean que se den.

En nuestra infancia las relaciones son impuestas, nuestros padres nuestros hermanos, nuestros compañeros y vecinos, es cuando crecemos a la adolescencia, cuando descubrimos el poder de la elección. Recuerdo en mi adolescencia y adultez relacionar a grupos de amigos con familias. En Córdoba Argentina, de forma cariñosa a los amigos les decimos "BRO" esto deriva del idioma ingles hermano-brother, los amigos son hermanos, y los grupos de amigos familia. Cuando tenemos ese poder de elección, usamos los mismos caminos aprendidos, dando como resultado las mismas experiencias de siempre.

En algún punto siempre la vida nos detiene como si fuéramos un niño alocado corriendo, que de repente es parado en seco por una pared o mesa, haciendo ilusión de esto, muchas veces la vida tiene la misma forma de comunicación, generando una situación que actúa como una mesa que se

atravesó justo en tu camino. Una enfermedad, una caída, una perdida, una separación, un despido podrían ser algunos, demanda presencia y verdad absoluta, a esto le llamamos despertar, son esas experiencias que te cambian para siempre, te dan la posibilidad de reescribir el código de tu consciencia. Modelo que fue programado a temprana edad, por nuestros padres, luego se extiende a hermanos, amigos conocidos vecinos, se refuerza en la escuela, el rumbo, el motivo, la utilidad, el uso, incluso el desacople y acople, es aprendido, probado y ensayado, siempre por el exterior, luego incluimos el trabajo también, dejando nuevamente afuera lo que está adentro. La pareja la pieza más importante en este modelo de relación, también es aprendido afuera, jamás adentro. Todo en nuestra vida se encuentra impregnado con las relaciones y las conexiones con otras almas.

Termino y condiciones este término tan estricto como su uso en el mundo digital, no es opresivo es libertador, dependiendo donde se use. Como sociedad acostumbramos a que los términos y condiciones, son algo que se deben aceptar de forma obligatoria y es vital para la conexión, amistades, grupos de recreación y trabajo e incluso en la familia, muchas de estos usan términos y condiciones que no son discutibles. Ocasionando muchas veces dolor interno y sufrimiento a quienes lo padecen, cuando quedan enredados en sus sistemas. Como si se forzara la conexión entre dos engranajes de diferente forma, generando desgaste en sus terminales y forzando su conexión.

Muchas veces me sentí forzado a girar en círculos que me generaban una tensión o desgaste interno a mi costo, aprendido a encajar a la fuerza, tratando de evitar sentirme solo, oh sentirme un anormal. Luego de entender bien quien soy, pude buscar mejorar las conexiones o relaciones limpiando mi propio camino y el de los demás.

Mentir exagerar, pueden ser excelentes formas de entretenimiento en una obra de teatro, pero que tan útiles son en una relación de amigos, de trabajo o incluso de familia, entrega incondicional, puede sonar muy comprometido en un contrato verbal oh de hecho, pero que tan funcional es para la cambiante vida que vivimos hoy, donde nos obliga a ver prioridades por encima de necesidades. Y donde acordar mutuamente una entrega razonable suena mucho más sensato.

Claridad numérica en las cuentas, ¿es importante? O se da sin importar nada a cambio. ¿Cuánto le debe un hijo a padre? Qué valor tiene un hijo para una madre, claramente algunos números son incuantificables, pero esto nos lleva al siguiente punto. El respeto, este obedece ambas direcciones o tiene un patrón jerárquico heredado. Este último no entiende de sentidos o direcciones, tampoco es sumiso a jerarquías, el respeto es de la creación. Empezamos con uno mismo para luego extenderlo a cada pieza del universo que se encuentra contabilizada y observada, nada para desapercibido, todo es importante y merece respeto.

Solo ahí entendemos y celebramos nuestra independencia y autonomía, abanando la competencia, nos deja de importar quién es mejor o peor, abrazas tu singularidad única, entiendes tu valor y el de los demás, abrimos paso a la cooperación mutua. También solíamos quedar atrapados en "loops temporales", personificando eternamente ese hijo desvalido, oh invirtiendo los roles, transformándose el hijo en padre, atrapándote a ti mismo en un camino mental ramificado muy específico. Hoy recobrando el poder interno podemos ver la necesidad de generar nuevos caminos mentales con nuevas ramificaciones que den como resultado mejores relaciones y conexiones en tu vida.

La pasión es un punto de conexión muy frecuente cuando existe, haciendo relaciones sólidas con personas que comparten nuestra misma pasión. Esto también puede actuar una prisión en la relación, cuando entiende inadecuadamente, este vagón opcional que lleva nuestro trencito metafórico, nos dice que no todas las relaciones requieren de pasión para un acople. Podemos tener excelentes relaciones con personas que no tienen las mismas pasiones nuestras, como también no coincidir nada más que en solo las pasiones con otras, dando un entendimiento más claro este hermoso vagón color rojo, que llamamos pasión. La pasión muchas veces fue mi única forma de comunicación, una ventana a mi interior, que me permite mostrarme tal cual soy. Esto no necesariamente dice que existe una única ventana. Podemos tenemos múltiples pasiones en nuestra vida.

Cuando se genera una vinculación, que sentimientos te recorren existe confianza y lealtad o tal vez existe miedo, traición, engaño. Cuales ponderan en el momento de la sincronización con alguien, recuerden que cada situación tiene un camino mental ramificado, muchos de estos caminos se tocan y se afectan entre sí. Vinculación no solo actúa en el campo de las relaciones, es mas transversal a resto de nuestro cique, actuando desde la identidad misma del sujeto hasta la vinculación y relaciones sociales. Aprender a conectarnos desde la abundancia, es algo que no fue enseñado antes, fuimos aprendidos a la inversa. Implica doble tarea, primero cuestionar lo establecido, luego reconstruir el nuevo paradigma o camino mental ramificado.

Hasta ahora fuimos recorriendo los principales aspectos para una relación exitosa que derive en sincronismo, pero también existe un factor X (lo inexplicable, lo no replicable, el azar, el misterio) Este es el factor x, un enigma, una intuición, una voz en el fondo sonando suave pero claro,

imposible de explicar con lógica y palabras el factor X, este fuerte elemento, nos une de una forma invisible pero sólida. Luego de explicar este peculiar vagón en nuestra metáfora, solo puedo decir que nada inferior al amor incondicional tiene efecto en él, elevado su uso a los propósitos más elevados, entendiendo que somos un minúsculo grano de arena en una inmensa playa, no conocemos todas las respuestas y jamás las conoceremos.

Las relaciones generan comodidades, podemos resguardar nuestras rutunas en relaciones al igual que se puede hacer lo contrario, y ser una rutina en una relación, generando incomodidad, todas las combinaciones son compuertas o llaves, llaves que se encuentran en tu llavero del alma, tú y solo tú, entienden que es lo que te conviene, no debes olvidarte de ti cuando formas círculos de conexión con alguien más. Todos los mandatos de un contrato verbal o de hecho pueden ser útiles y funcionales, pero dejan de serlo cuando violan de alguna manera tu integridad personal.

El mundo digital también trajo un cambio en los tiempos, la inmediatez que manejan las redes sociales y las nubes de datos, no se comparan con los tiempos que manejan los mismos aspectos en el mundo físico, entonces qué mundo debe regir, por un lado, tenemos reglas heredadas y por otro ser o no ser en un mundo digital, con reglas que en muchos casos se oponen entre sí. Esto genera trastornos a la hora de aplicar cambios, ya hoy están fusionados ambos mundos, tenemos a la familia física y digital, los amigos mezclados con conocidos o seguidores, lo mismo pasa con la pareja, entonces ¿podríamos aplicar lo mejor de ambos mundos? La innegociable y siempre efectiva forma de ser del mundo binario, abierta o cerrada, hablamos de los términos y condiciones podrían ser nuestras condiciones a la hora de elegir con quien conectar en una relación y usar la simpleza del mundo físico donde cada uno de nosotros somos un eslabón en una gran cadena social, planetaria, cósmica.

Descubrirse termina siendo una prioridad, porque es solo en ese momento de entendimiento en que encuentras tus condiciones más elevadas, ya no desde la carencia o la soledad, tampoco desde la necesidad de existir o tener, condiciones que te resguarden a ti y al otro, libertad eh interdependencia, autonomía y cooperación mutua, generando una conexión mas verdadera y saludable, donde las historias del pasado son recordadas con valentía y humor igual que en una obra de teatro.

Priorizando la claridad y transparencia elevando a ambas almas al máximo de sus potenciales. Sobre estos términos y condiciones podemos hacer todo tipo de ensayos, porque al final no existen reglas exactas para el universo social, es una realidad compartida, y no podemos predecir el resultado con un algoritmo matemático.

Un algoritmo matemático es binario, son reglas cuadradas en el sentido muy estricto de la palabra, abierto y cerrado, las relaciones sociales en cambio no pueden ajustarse a este carácter sólido, generando alteraciones en nuestras capacidades humanas, forzándonos a actuar como entidades automatizadas, esto muy alejado del propósito más elevado que tenemos como especie humana. La aparición de la inteligencia artificial, eleva esto al máximo, ya que nos compromete como especie, a interactuar con las diferentes formas de vida. Donde no solo las relaciones son entre humanos solamente, existen otras especies y formas de vida, aparte de nuestras amadas mascotas.

Tal vez estos términos y condiciones deberían garantizar la existencia y la coexistencia pacífica entre todas las formas de vida inferiores, iguales o superiores, en una armonía que permita una sana estable y autosustentable conexión, verdadera entre todas las especies. Reduciendo el estrés o ruido que generan los mecanismos forzados, en el pasado hicimos mucho ensayo sin resultados exitosos, una y otra vez observamos

como colapsaron los sistemas vasados en el miedo y la codicia, relacionarnos desde la abundancia es libertad. Poder moverse con gracia y soltura en un sistema que evoluciona constantemente, es un paradigma a construir, jamás pensamos una sociedad para que las personas se eleven, las ciudades mas bien se diseñaron como prisiones para quienes viven en ellas, hoy podemos reconstruir sociedades mas funcionales, para el individuo y el todo. Haciendo que sea un mecanismo de crecimiento para todos los factores involucrados.

Hemos aprendido durante mucho tiempo, que las especies superiores oprimen las inferiores, que las relaciones son para un uso específico, que la existencia es salvaje y despiadada, que evolución implica devastación y reinicio, el camino recorrido no nos define de ninguna manera, llegamos hasta aquí como humanidad, al borde del evento y debemos decidir qué camino seguir, por un lado, los caminos de siempre el miedo, el control la separación con el otro la dualidad que conocemos muy bien sus resultados, por el otro una mentalidad más elevada, de una nueva era con paradigmas cooperativos no competitivos, donde todos somos uno, y el bien del todo está por encima de uno, donde la lógica le abre paso a la intuición y empezamos a vivir desde la plenitud y la felicidad, dejamos de creer en la escasez y el sufrimiento. La realidad es una experiencia compartida, crear realidades desde amor incondicional, es desconocido, opuesto y nuevo, crear desde la abundancia no solo hará que solo nosotros prosperemos como especie planetaria, sino toda la vida se verá impactada positivamente por este cambio.

Atravesamos actualmente una de las experiencias de cambio social más grandes de toda nuestra historia planetaria jamás contada. Esto genera estrés y miedo, confusión dejan de funcionar los viejos caminos, debemos encontrar un nuevo rumbo más equilibrado entre nosotros y los demás. Nuestra sociedad era piramidal, una gran base sosteniendo a unos pocos

arriba, esta idea de sometimiento y esclavización fue sostenida durante eones, nuestras almas se impregnaron de esta esencia, generando un malestar profundo al despertar de la consciencia, cuando descubrimos nuestro verdadero potencial estelar, cuando llegamos a la conclusión que estamos atrapados en un mal sueño, cuando descubrimos que solo vinimos repitiendo el mismo un camino fallido que nos llega siempre al mismo lugar de sufrimiento.

Tal vez sea un buen momento para probar caminos nuevos, para dejar que la consciencia se exprese de manera diferente, se exprese desde la creatividad desde el corazón desde la sabiduría ancestral, desde la integración con nuestro ADN galáctico, que siempre durmió en nosotros, esperando el momento justo del llamado, estamos en el borde en el umbral del cambio, y solo depende de nosotros y lo que decidamos, damos el paso con fe, amor y elevamos o caemos juntos a los viejos paradigmas.

Capítulo 8

"El portal – La Transformación"

¿Qué es muerte? Para vos, que significa morir o transformarse. En los años del covid 19 durante el 2019, tuve la posibilidad de entender su significado. Estuve en algunos funerales fuertes anteriormente, pero fue hasta ese 11 de diciembre de 2019 a las 16:10 hs en un llamado telefónico, donde la voz de mi mama ... "tu papa falleció" cuando entendería a fondo la idea del funeral. Existen personas en este mundo que simple son irreemplazables, mi papa se llevó una parte de mi cuando se fue ese fin de año, dando espacio a mi nuevo yo. Igual que un gran incendio que da paso a nuevas construcciones, tras su despiadada y voraz destrucción. Mi identidad se vio fuertemente comprometida en y durante todo este proceso, mi papa Omar fue quien encontró una astuta forma de documentarme, cuando yo aún era un lactante precoz, su partida física fue determinante para mi identidad. ¿Quién será el que me documente ahora? Todo está cuidadosamente protegido y guardado, para ser usado cuando lo requiera cada situación. Esta pérdida no solo impacta por su cercanía de vinculo, se agravo por motivos ocultos o desconocidos, una información familiar que no se puede hablar abiertamente, historias familiares ocultas, aquí yacen muchos de los abusos, maltratos, mentiras, engaños, traiciones, y falsedades para mantener el estatus quo, normal 100% aplican todas las familias de la tierra.

Soy hijo de desaparecidos durante la última dictadura militar de la década los 70 en la Argentina, muchos niños necesitaban hogar, yo era uno de ellos, los hogares adoptivos adsorbieron esa demanda a su ritmo y manera. Crecí con una familia sanguínea tradicional, bajo la idea estricta de que era hijo sanguíneo legítimo de esa familia, con 3 hermanos igual de

estrictos ante esta idea, esto choco conmigo internamente siempre, la verdad jamás se la puede vestir o esconder, "Un mono con seda sigue siendo un mono" me decían de niño recuerdo. El fallecimiento de mi papa, no solo genera dolor por su vínculo y confianza cercana, nuestro amor compartido por algunos pasatiempos recreaciones deportivas como el futbol, nuestra manera única de ver la vida, increíbles proyectos logrados y momentos familiares que vivirán por siempre en mí, su partida deja un vacío inmenso sin respuestas, y mas preguntas de quien soy, quien me entiende ahora y quien va ordenar este caos de mentiras y dudas que a nadie parece importarle.

Todo esto me aterraba, como si la idea misma me pusiera en pánico, porque fue exactamente lo que sentí a mi temprana edad, era el miedo el pánico de quedar solo abandonado desprotegido, y fue solo en el momento de la calma que sintieron mis padres cuando recibieron el documento que los hacia legítimamente y legalmente mis tutores y padres, también me tranquilizo, me hizo olvidar, como si eso no tuviera sentido la historia misma, demasiado doloroso, mucho caos mucho miedo. Alejándolo de mí, pero latente para cada reinicio, listo para ser accionado nuevamente en cada muerte y nacimiento, metafórico o literal. Mi documento dice que nací en Córdoba Argentina, el 28 de mayo de 1979 en la maternidad provincial de barrio Gral. Paz a las 16:10 Hs de la tarde, tranquilizadora y sanadora noticia para la familia, al día siguiente mi abuelo paterno sufre un ataque cardiaco y fallece, marcando para siempre la dinámica y sincronismo de los hechos, que se repetiría incontables veces durante el resto de mi vida.

Algo entra algo sale, alguien nace alguien muere, una ganancia una perdida. Estos hechos muchas veces inadvertidos y casuales, no lo son para el inconsciente y el campo morfo genético colectivo, cada situación que se presentó en tu vida, se registró detalladamente, tomando lecturas no tan solo de lo que paso, lo que sentiste, lo percibiste de eso, lo que

pensaste, lo que dijiste, lo que hiciste, los 4 elementos de siempre, están ahí nuevamente. Actuando en la importante de las escenas el origen el inicio, la piedra angular, donde se asienta el peso de la estructura, la identidad. Por un lado, la contención cálida y única de una familia, donde jamás jamás serias abandonado, pero debes soportar tú mismo, el peso de tu verdad en silencio absoluto, y tolerar de la misma manera el peso de la mentira, y por otro lado, la verdad más incómoda, mis padres biológicos podrían no estar vivos, o simplemente no estar interesados en mí, estoy solo, ¿qué voy hacer? Esa simple pregunta fue la responsable y causal del miedo y pavor que me impidió recordar todo este tiempo.

Todos los días debemos tomar elecciones mentales, como la vida nos preguntara que ropa vestiremos hoy. Personalmente les cuento mi percepción cada día al despertar por la mañana mi cerebro me pregunta con voz de mayordomo "¿qué modelo mental usaremos hoy señor?"

El temeroso y siempre solitario, 18 de mayo muy frio, con un loco raro.

O tal vez su elección sea un soleado 28 de mayo, con pérdidas y pago al día, como signo de confianza, pero siempre y eternamente un DN.

Se imaginan levantar cada mañana y tener solo esas dos opciones, bueno durante mucho tiempo escape corriendo mucha distancia, también intente alcanzar corriendo más rápido y mejor, pero al final solo tenia que aceptar las cosas. La principal causa de dolor es no aceptar la realidad, por mas duras que sean las cosas, por difíciles que suenen, solo son cosas pasando. No tenemos el control para manejar lo que excede a nuestra persona, digo esto por caer derrotado una y otra vez, por innumerables intentos, infinitas combinaciones, formulas y hechizos, no importa como lo intente o cuantas veces, no soy ni uno ni otro, la identidad es algo mas profundo, no se limita al solo existir de este mundo esta realidad, personas que murieron por unos minutos, volvieron con relatos increíbles de una realidad mas

elevada, como si aquí solo pudiéramos percibir un numero limitados de sensaciones, no somos esta personalidad, somos mucho más. Incontables vidas viviendo experiencias de todo tipo, guardadas en lo más profundo, ocultas a la vista en nuestra mente, como le gusta esconder al cique humano, fácil pero difícil a la vez.

Cada vez que te cruzaste con alguien familiar pero desconocido, o cada vez que sentiste un deja vu, cada vez que sentiste un reencuentro con alguien que recién conoces, es el universo recordante que eres mas que esta consciencia eres más que esta vida. Derribar las barreras mentales, no algo simple de lograr, se deben cuestionar muchos dogmas y lógicas que se han impuesto como leyes, reguardado entre religiones y ciencia, para que jamás sean cuestionados. Si cada día tu vida inicia con una elección o dos, o tienes un mayordomo preguntado por elecciones a personificar, significa que aún no entiendes de tu potencial divino, el océano es agua, una gota puede ser una gota sola o ser una ola. Y aun asi seguir siendo océano.

No somos una identidad humana, somos mucho más que credenciales gubernamentales, esto define un numero finito de situaciones, todas mejorables bajo nuestro control, el resto es una tarea y propósito del ser superior. Imaginen un mundo donde somos mucho más que un nombre que y un título, o una ocupación o trabajo. Imaginen un lugar donde las personas sean reconocida por su trayectoria como se reconocen las instituciones, el camino es una bitácora que explica mucho mejor quienes somos, incluso mejor que nosotros mismo. Pero la memoria es algo saboteado por nosotros mismo, cómo construir legado, si olvidamos lo vivido en esta vida, ¿recordar vidas pasadas? Suena descabellado, no.

En el capítulo anterior hable sobre términos y condiciones, como una especie de contrato verbal o hecho, esto aplica a la memoria, tenemos

nuestros propios términos y condiciones para el modo en el que vamos a recordar algo, afectando o impactando la neutralidad de la situación, un recuerdo no puede ser bueno o malo, porque siempre están separados, esto afecta su uso futuro, deja de ser útil para tu funcionalidad, pasa afectarte como trauma o estrés, se transforma en una incomodidad, recuperar la neutralidad de hechos, lograr relatar una historia desde la máxima neutralidad de hechos, te empodera de devuelve la soberanía de tu vida. Tu vida ya no queda a la merced de la piedad de otros, donde tienes que personificar a algo o alguien para pertenecer a un clan, dejas de correr para entender quién eres, a que viniste aquí, que debes hacer como tarea o propósito de vida. Puedes ver el panorama completo, ya no debes elegir entre una oh varias pero también limitadas opciones, sabes que eres tu verdad más elevada, somos una semilla estelar, de un universo mucho más basto, mucho más amplio del que conocemos, la realidad en la que hemos estado atrapados, mirando más lo que hace el del lado, en vez de lo que hacemos nosotros, poniendo medallas a los mejores y peores, compitiendo entre nosotros luchando, traicionando, engañando, matando y oponiendo hermanos contra hermanos, resonando esclavismo dominación por encima de unión y cooperación, la humanidad es una sola especie, un solo grupo de seres humanos, por un bien común entre si y las demás especies.

Una gota puede verse a sí misma como una simple y desvalida gota solitaria de agua contra todo el mundo completo mundial, o ser una ola enorme junto a otras gotas, surcando la playa, de un en día increíble soleado y ventoso, y al mismo tiempo saber que es un océano completo, sin olvidar que este océano baña a un planeta entero llamado Tierra Gaia, nuestro hogar.

Nadie sabe qué es lo que hay del otro lado, extraño mucho a mi papa adoptivo, cuando lo recuerdo, me gusta imaginar mi papa cruzo un portal, y sé que está muy bien, puedo sentirlo, su compañía silenciosa energética fue clave y vital para atravesar todo el proceso de duelo y trauma de identidad, no podría haberlo hecho sin él. Pese a su perdida física a finales del 2019, él está más presente que nunca en mi vida diaria. Su presencia se transformó, dando referencia a la ley de conservación de la materia. Esta ley establece que la materia no se crea ni se destruye, solo se transforma durante una reacción química o física.

Si estas atravesando un duelo o una perdida un momento difícil, una noche del alma o un proceso complicado, quiero sepas que te amo inmensamente, el hecho que estés leyendo estas palabras nos conecta de una forma invisible pero cuántica, entrelazamiento cuántico: Dos o más partículas pueden estar interconectadas de tal manera que el estado de una influye instantáneamente en el estado de la otra, sin importar la distancia entre ellas.

Capítulo 9

"Viaje con música – El acuerdo"

Crecí en los suburbios de Córdoba, Argentina, término que aquí se conoce como barrio, mi cuidad tiene un casco céntrico principal y el resto de la ciudad se compone por suburbios o barrios. Mi niñez gozo de mucha naturaleza doméstica, como así también de fauna local, lo que incluía pequeños insectos domésticos como mariposas, luciérnagas y caracoles, estos últimos, eran increíbles en su capacidad de llevar su casa o hogar con ellos, pese a su lento desplazamiento ellos podían recorrer grandes distancias con su propia casa encima, imagen "cómodos como en casa en todo momento". Luego crecí y perdí mi capacidad de asombro a las pequeñas cosas, videojuegos, películas, televisión, electrónica, luego llego internet y revoluciono la vida por completo, generaron un campo de distracción tan grande que no tan solo la capacidad de pequeñas cosas si que también me perdí.

Mi papa Omar solía decirme "A veces para encontrarse, primero debes perderte o estar perdido."

De esto se trata el cruzar un portal, no dejas de ser quien eres, por el contrario, te transformas en la más genuina versión, integras a cada pieza del rompecabezas, aceptas lo que no aceptaste y descartas lo que siempre te estorbo abriendo paso a tu mas grande verdad superior.

Recién hasta grande fue cuando entendí el valor de la comodidad de un hogar, y su importancia para nuestro día a día. Múltiples veces inculpe a los aparatos domésticos, que están para brindarnos confort de hogar, como la causa de mis distracciones, si es que no tienes un mayordomo las 24

horas del día velando por tus nuestras necesidades y para recordarte tus responsabilidades, entonces, la verdad es somos nuestra propia madre y nuestro propio padre. Principalmente de eso se tratar el despertar, dejamos de culpar el afuera y nos hacemos 100% responsables de nuestra vida y destino. Y de repente te inunda una de las más increíbles ganas salir conocer, ¿Viajar? parece nuevo este término, es una palabra conocida, ¿Cómo puede ser nueva? Pero si eres un nuevo tú, el viejo tu quedo en las cenizas de las que renació este nuevo yo, que eres hoy.

Podemos viajar por este colosal mundo en el que vivimos, plagado de aventuras e historias. Aunque aún no conté con la oportunidad para viajar y conocer en persona la ciudad de New York, las películas se encargaron de hacerme viajar por esta increíble ciudad mágica, llena de su arte urbano, repleta de estas legendarias personas, que vivieron un 11 de septiembre y sufriendo la caída de sus gemelas plateadas, mas características, y aun así tener el mejor año nuevo de la tierra, donde sus neoyorquinos, visitantes, turistas reciben el 00:00 Hs de un nuevo año, repleta de desconocidos conocidos, donde simplemente somos seres humanos recibiendo un nuevo comienzo.

Como si el tapón que nos mantenía atrapados fuera removido, la mucosidad que nos tenía obstruidos, desapareció, somos libres, el humo se disipa a nuestras espaldas como como el héroe de nuestras películas de acción, podemos descubrir un nuevo mundo, mas allá de la fantasía en un mundo donde las luciérnagas brillan de noche, donde el cielo nocturno tiene estrellas para ser observadas desde la ventana, mirando las estrellas imaginando mundos lejanos, otras civilizaciones, igual que héroes de la infancia Luke, Han Solo, Leia, imposible olvidar a James Tiberius Kirk una federación galáctica una alianza con otros mundos, en la serie televisiva de Star Treck lanzada en Estados Unidos durante el año 1966 esta serie principalmente narra las aventuras de una tripulación viajando

una nave por el espacio llamada "Enterprise" capitaneada por James Tiberius Kirk, estos tripulantes eran humanos, la Tierra es parte de una federación de mundos galácticos, viajando junto a otras razas galacticas por toda la galaxia, en son de paz colaborando y cooperando, la serie tiene un rotundo existo de inmediato, marcando la vida de quienes la vieron para siempre. La teniente Uhura interpretada por la actriz estadounidense Nchelle Nchols, participó junto a Sammy Davis Jr. Como el capitán James Tiberius Kirk en el primer beso interracial en la historia de la televisión de Estados Unidos, elevando el mensaje aun mas donde no importan las razas somos una misma especie, la humana y existen muchas otras más.

Se imaginan la sorpresa en planeta caniche cuando se enteraron de la existencia de más vida fuera de su planeta, dijeron exclamando con sorpresa y asombro: " existen más razas aparte de nosotros y los chiguagua, ratoneros, bigochus incluso aparte de los temibles Bulldog, existen muchas razas más" ... suena algo exagerado, ¿No? más exagerado es pensar, que en la inmensidad y bastedad del universo, solo nosotros lideramos en la cima, amos y señores del universo absoluto mundial y que el dinero, oro, cripto monedas la fama son los únicos indicativos de éxito, en donde lo único que importa es ser mejor a toda costa.

Aunque eso implique tener un perro cartera, o un animal como abrigo, llevar unas botas de serpiente, o usar diamante manchados de dolor, pagar fortuna por esclavismo, pero el "show debe continuar" por siempre y para siempre, abra actualizaciones durante las 24 HS los 365 días de la semana, entretenimiento al alcance de su mano, celulares para todes, estados, historias, reels, post directos todo el tiempo, mas, más y más.

Estuve atrapado, todo eso tenía sentido para mí, era importante y muchas veces hasta gano en prioridad, el tapón del hable más arriba era todo esto haciendo como una suerte de obstructor social, impidiendo que lleguemos

al máximo de nuestro potencial, cuando integramos o alineamos los 3 ejes principales del cique humano, representados por el niño interior, el adolecente y el adulto mayor, entendemos el peso de la ilusión que se siente densa como la mucosidad que también mencione.

Es cuando se llega a la aceptación incondicional y la rendición absoluta del ego y la personalidad, accederemos a información más elevada, elevando nuestra consciencia y la colectiva, por principios cuánticos de cómo actúan las partículas. Por el contrario del viejo paradigma donde todo el tiempo demos ser productivos, dando cada vez más, pidiendo cada vez menos, entendemos el plan divino, y dejamos de crear desde la escasez, y empezamos a manifestar desde la abundancia. Siempre fui el tipo de persona que piensa, "si no cuesta, no se le da valor". Analicemos este árbol de pensamiento o bloque de programación.

Si bien este tipo de pensamiento tiene un lado positivo, la valía de las cosas es importante, pero ligamos esto al costo o sufrir, significa que puede ser económico material por el costo o al sufrir dolor perdida muerte debe costar, para el romántico cine es épico, casi como, una azaña cósmica increíble como las que solo Hollywood sabe narrar, pero mi vida es mía no de Hollywood.

Dos mundos increíbles el físico y el digital, infinitas posibilidades, incluso se potencian el uno al otro, pero que hay de la última frontera, El portal el mundo más allá de los mundos, lo que llamamos "el mas allá" todo lo que esta fuera del alcance de los cinco sentidos humanos, ¿podemos ir y venir? Nos afecta de alguna manera, existen límites en lo que llevaremos y traeremos, tengo entendido que te llevas nada, ni siquiera el cuerpo pueden, lo sé porque cargue el ataúd de mi difunto papa Omar.

Estas cosas me ponen a pensar, el caracol no lo hace tan mal después de todo ¿no? Siempre lo juzgué por lento, perezoso, de niño ... ellos no podían escapar de mi rapidez ni de mi fuerza, de adolecente... los vi sabios ligeros simples adelantados, de adulto mayor... el viaje se hace viajando en casa como un caracol ridículo y sabio de mi vida, para la vida misma no hay diferencia entre un caracol una rata un murciélago o una mariposa todo es una expresión de vida de la fuente. El despertar de consciencia nos invita por un camino de conexión, compasión y cooperación con otras especies y razas, invitándonos al igual que nuestro predecesor Star Trek en los 60 invito a ser parte de una federación más grande más importante, la federación de la vida.

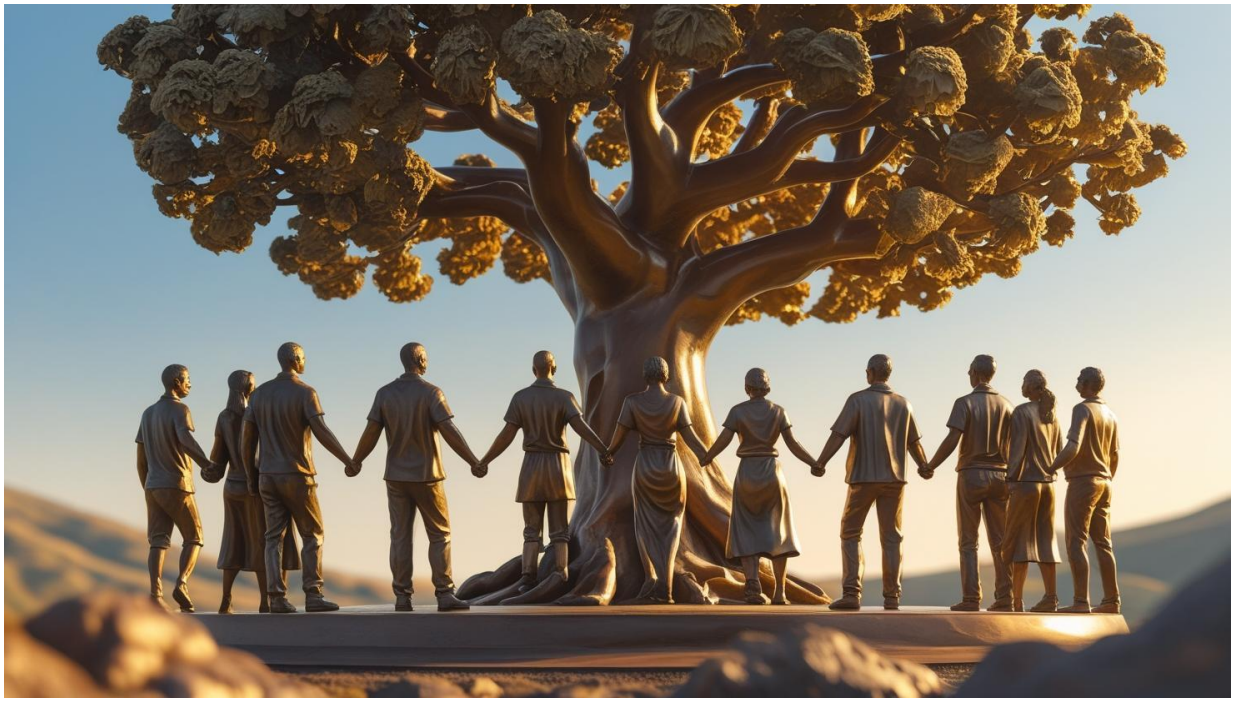
Resonándome mas que nunca ese consejo de mi papa Omar, una mañana soleada y fresca mañana de sábado, cuando llegue diciendo "papi estoy" "completamente perdido" no sé qué hago, ni a donde voy, el con una enorme sonrisa dejo el libro que leía, me invito un mate rápido, de fondo se escuchaba bajito la tele con un partido de premier liga.

No solo un buen consejo me dejo ese día, su vida era ligera, era simple, muy opuesto al hombre quien en otra línea de tiempo me enseño de este loco mundo, recuerdo estar afligido por deudas, hacía poco tiempo de mi divorcio, cambio de casa, demandas legales, deudas, dolencias, momento difícil mezclado el valor y con el sufrir. Mi papa en cambio aligero su persona mucho antes de su partir, esa mañana hablaba de un perdido a otro, tal vez recorría un camino parecido al mío, toda su vida trabajo a su pesar para alimentarnos y vestirnos, jamás tuvo tiempo para él, ese sábado disfrutaba de su libro y mates, eran mates ricos los del viejo.

El viaje va primero hacia adentro, luego va otros sentidos. Me gusta mucho la música, en Argentina hacen muy buena música les voy a dejar de regalo una perlita olvidada:

Tema Musical – "Campeones de la vida – Alejandro Lerner"

¡Regalo!



Capítulo 10

"El ejercicio – Sosteniendo y Aguantando"

Actualmente soy un hombre adulto de casi 50 años de edad, toda mi vida hice actividad física, a temprana edad actividades de mono, el niño que se cuelga de absolutamente todo, arboles, juegos de plaza, cuchetas cama y hasta estructuras de construcción en estado precario, y solo por ser argentino el futbol corre por nuestras venas, lo jugamos seamos buenos o malos en el deporte, yo soy malo técnicamente, de adolecente conocí la bicicleta, expandiendo mis límites al máximo, de repente podía viajar las lejos y más rápido, viaje mucho por ruta, también hice mucha bici aventura, cuando fui papa por primera vez de mi hija Andrea descubrí el running, considero tener una gran base deportiva, esto fue hasta que conocí el método barre de entrenamiento, con una disciplina llamada Fitbarre, desarrollado por una bailarina de ballet que sufrió una lesión invalidante en la espalda, década de 1950, la alemana Lotte Berk. combina elementos de ballet, pilates y yoga con un enfoque en el entrenamiento de fuerza y la mejora de la resistencia, consta en realizar movimientos pequeños y precisos, que fortalecen los músculos y mejoran la flexibilidad.

El 10 de abril del año 2022, corría mi maratón más rápido en la provincia de argentina de La Pampa en la su ciudad principal Santa Rosa en 2 horas 57 minutos, haciendo un promedio de 4:10 minuto kilómetro durante los 42,195 km ¿Por qué debería preocuparme por una rutina de entrenamiento de sostener y aguantar?

Durante mi primera clase, recuerdo bien mis aductores temblando como lo hace un niño con frio, y una sensación de muerte y dolor, cuando solo me encontraba en medio una postura de sostener y aguantar durante una clase de fitbarre, rápidamente me di cuenta que nada de lo que hice durante toda mi vida, colgar como mono de niño, pedalear hasta la montaña ida y vuelta, recorrer toda la ciudad corriendo, servían para esta esta actividad que me demanda enfoque, equilibrio y precisión de posición.

Personalmente soy un fan de los coliseos deportivos, los juegos olímpicos, los mundiales de futbol, estos mega eventos mundiales organizados, con colores llamativos, temas musicales únicos, paralizan al planeta, captan la atención completa del público, recuerdo: "ver los 100 metros llanos de pista, los más rápidos y rápidas del mundo, también saltos ornamentales, atletismo de barras, aquí mis ojos se llenaban de asombro, eran los mismos movimientos de mis súper héroes. ¡Seguro! que, durante esas tardes de juego, imitaría sus movimientos, salto en largo, salto en alto jugando a doblar el record del mundo". El futbol es fuerte en nuestro país, dato curioso: "mucho antes que el deporte se transformara en un mega negocio planetario, cuando aún era un invento raro de unos tipos ingleses corriendo atrás de una pelota mostrando media pierna, en algunos barrios porteños de la Ciudad de Buenos Aires como la Boca, Núñez, Avellaneda, La Plata y Rosario, empezaron a pagarle a sus jugadores de futbol, quienes hasta el momento eran changarines, obreros de carga humana en los puertos de Buenos Aires y de Rosario. ¿Qué cosa? Estos tipos del puerto que ahora son deportistas de elite mundial, son profesionales del deporte.

Creo que al final solo eran personas tratando de vivir de una manera más fácil, tener cuerpo físico implica una serie de términos y condiciones que aceptamos antes de venir aquí a la vida, vida que muchas veces es difícil y dura. Entonces el reconocimiento para quien es, los jugadores heroicos o los clubes que confiaron cuando nadie lo hizo, a quien le doy las gracias

por tener a Diego Armando Maradona y tener a Lionel Messi en la misma línea de tiempo, tener la suerte haberlos visto jugar al futbol, estas dos potencias mundiales transformadas en leyendas vivientes, dejaron un legado de gloria y estrellas de campeonatos por donde pasaron, no solo en nuestro país con la selección de futbol sino que también en cada club que jugaron, extendiéndose a otras disciplinas deportivas en el caso de Diego.

Si naciste entre la década del 70 y el 80 tan vez recuerdes un programa televisivo llamado "Titanes en el ring" este programa aun blanco y negro presentaba una serie de luchadores disfrazados, muchos de ellos con el rostro cubierto, hacían una suerte de peleas legendarias entre villanos y héroes, recuerdo a la Momia, Martín Karadagian transmitido por Canal 9 desde 1962 hasta 1988 el programa presentaba una temática de entrenamiento para niños y adultos, podíamos ver como se medían los diferentes luchadores, todos se veían imponentes y temerarios, haciendo todo tipo de combinaciones de victorias y derrotas, con un siempre supremo campeón Martín Karadagian.

Mi paso entre la infancia y la adolescencia se vio alterado por un repentino, pero bien ejecutado cambio de casa o mudanza familiar parecido al que relata la primera película de intensamente. Perdí todo mi círculo social completo, incluyendo compañeros escuela todo de cero. De este vacío total, surge de las cenizas, una bicicleta. Pese a tener bicicleta en la infancia, y ver incluso el taquillero films del 83, Los bicivoladores, la bicicleta paso sin pena ni gloria por mi infancia.

Pero al adolescente si le pareció increíble y divertida, con la bici pase a volar de repente podía cruzar la ciudad en minutos, incluso más rápido que un vehículo de motor, el tráfico en las grandes ciudades es denso, una bicicleta circula siempre más rápido incluso en comparación con vehículos más rápidos. Fácil aparcamiento, cero gastos de movimiento, impulsada

por mi energía corporal, rápidamente se transformo en mi pasatiempo a tiempo completo, aprendí todo de ella, como arma y desarma cada pieza, incluyendo las ruedas y sus rallos, donde se ensucia y donde aceitar para que sea resistente al clima, mi circulo familiar me observaba con mucha confusión, los adolescentes son problemáticos o distantes generalmente, en mi caso tampoco veían enfoque, bueno no en donde ellos querían, si lo tenía tal vez al enfoque, puesto sobre la bicicleta. Visité y recorrí muchos lugares hermosos, también hice mucha distancia de ciclismo urbano en muchos modos, paseo, traslado, recreativo y de alta velocidad usando solo el un punto A como salida, luego por tiempo o distancia el rebote o regreso como el punto B y de regreso al punto A nuevamente, haciendo el recorrido a máxima velocidad posible, usando todo tipo de caminos y atajos urbanos, puede ser calles, aceras o veredas, vías ciclísticas o tierra, sin mapa, solo con referencias mínimas dejando la calle me guie y me entrene. Como un bailarín dejando que la música y el ritmo guie su cuerpo en el movimiento.

En 2009 mi vida cambio para siempre, Andrea Paz llega a mi vida, cambiándola para siempre, ahora soy padre ¿Qué significa? dolor de cambio u oportunidad. Me baje de la bici por primera vez, deje de pedalear la bici y las cosas, poner las barbas en remojo como suelen decir las Abuelas. Descubrí la magia de los pequeños espacios, aprovechar segmentos, fragmentos libres de tiempo. Empecé a correr.

Inspirado como siempre por Hollywood, primero empecé saliendo a caminar para luego terminar corriendo como Rocky levantando los brazos en la cima de unas escaleras propias y famosas de nuestra ciudad de Córdoba, donde el skyline no dibuja un Filadelfia Pensilvania en Estados Unidos si no dibuja un cielo perfecto Cordobés haciendo un icono de la ciudad, "Las escaleras del coniferal" nombrado así por la cantidad de

Coniferales (Arboles) sembrados en la zona, junto a lado de una hermosa vuelta de la fortuna vieja y oxidada ubicada en el exzoologico de la ciudad. Aquí forje los primeros años de entrenamiento que luego derivaron en maratones pretemporadas en la altura de la ciudad de Salta Argentina en la localidad de Cachi, junto a otros atletas de punta incluso compartiendo la pista con corredores profesionales olímpicos uruguayos y extranjeros entrenamos a niveles de elite. Aun sorprendidos idolatrábamos el record del mundo que logra Eliud Kipchoge con un tiempo de 2 horas, 1 minuto y 9 segundos (2:01:09) en el Maratón de Berlín en 2022. El más rápido maravilla nuestros ojos en 2009 Usain Bolt, en 100 Metros llanos – 9.58 segundos (2009); y en 200 Metros – 19,19 (2009).

Una vez más ¿A quién le doy las gracias? Los atletas o las organizaciones las estructuras, o solo es una refinada y más pulida forma de show donde existen los legendarios titanes y el resto solo somos niños felices mirando y festejando cuando sus titanes se enfrentan en el ring. Lo cierto es correr maratones ser "un runner" practicar running o simplemente salir a correr por correr, es presente es distracciones cero, es volver a la fuente, conectarte con el dolor desde un lugar diferente, es como iniciar todo el proceso de programación de otro lado, "como esos changarines del puerto" que un día dijeron, OK voy a trabajar con mi cuerpo, pero lo haremos desde otro lugar, más saludable más respetuoso y significativo.

El niño juega el adolescente descubre el adulto mayor viaja, ¿dónde está tu cielo? Quien lo pinto, una película de la infancia, una organización, un atleta, una medalla o título, un logro, oh un "no pudo ser" que no se logró. Oh tal vez solo seamos unos locos disfrazados mostrando las piernas, jugando a ser súper héroes, tratando de conquistar el mundo, como nuestras leyendas amadas.

Sostenimiento y aguante, podemos sostener un sueño y aguantar el dolor también podemos sostener experiencias múltiples y aguantar las variaciones del camino, entendiendo que el cambio es la constante de este increíble viaje que llamamos vida.

Para cerrar les regalo una frase que me solía decir mi abuelo José cuando olvidaba algo y debía regresar corriendo a buscarlo, "El que no tiene cabeza tiene piernas"

Capítulo 11

" Un compañero no deja a otro compañero atrás"

Para todo adolescente no existe mejor época que la primavera, todo florece y madura, en Villa Carlos Paz un hermoso paraje turístico ubicado a tan solo 34 minutos (35km) de la ciudad de Córdoba, esta preciosa localidad serrana organiza cada año, los 21 de septiembre una gran fiesta, que invita a los estudiantes a celebrar su día junto a músicos estrellas y bandas estelares, ellos cantan sus mejores éxitos ante este multitudinario público de jóvenes que provienen todos los alrededores.

La fiesta fue evolucionando con los años. En su camino, pasaron artistas de fama nacional e internacional como Las Pelotas, Bersuit Vergarabat entre otros, también escalo su masividad de público trayendo también con si algunos excesos, orillando a las autoridades a tener declarar la ley seca para cada espectáculo, porque los conflictos eran grandes con la venta era libre. Imagina esto: sos un joven en busca de aventuras, la justicia de tu localidad determina una ley seca, al tiempo podíamos ver la televisión la gran película "los Intocables" No existen limites cuando cruzas las libertades de un adolescente, encontramos un sinfín de maneras para burlar la ley de alcohol cero. ¿Quiénes eran los intocables?, mis amigos lo eran, teníamos nuestro propio código de conducta como todo grupo de adolescentes también nuestra propia percepción a los excesos y por supuesto que el cero no es discutible. Mi niño creció en el barrio de Atlántica, pero mi adolescente tras la mudanza de que les hable anteriormente y haciendo mención del personaje de ficción "Riley Andersen" de intensamente empecé de cero nuevamente en Parque Capital Sur, este hermoso barrio tenia características diferentes al anterior,

ubicado justo en medio de dos mundos social y económicamente diferentes por un lado colindamos con el primer barrio privado de la ciudad "la quinta de los Nores" por el otro flanco un asentamiento marginal "la lonja" y periferia de barrios más humildes, mi barrio guarda aspectos de ambos mundos, para este entonces egresado del Jose Antonio Balseiro IPET 20 una escuela con orientación en electrónica, y al decidir no estudiar en la universidad, mi contra propuesta fue abrir un negocio con mi mejor amigo Alejandro Gonzales abrimos un Cyber Café en el barrio.

Aquí abrí mi negocio, cultivando amistades en ambas fronteras. El futbol es un gran agente de conexión cada sábado a las 15 Hs en la cancha de uso común ubicada a la vera del rio la cañada en el Parque de la vida, se juga un partido a todo dar, Capital sur vs Suarez, Suarez vs La Lonja y todo tipo de combinaciones, incluso cuando tampoco se hacían cruces, esa cancha era de todos. Aguas internacionales, algunos partidos terminaron en golpes de puño cuando no se resolvió durante tiempo del partido, por suerte jamás se lamentaron daños graves, más que alguna patada alta, sin pelota y fuera de tiempo. La fiesta de Carlos Paz era una ocasión ideal para festejar también, la vida, la primavera, la juventud, el amor, los amigos, el placer su locación estaba cerca a solo media hora en auto, un poco en motocicleta, pero era un viaje accesible para cualquiera. Por aquel entonces la motocicleta más legendaria era una Honda llamada Econo, nombre que deriva de su económico consumo, esta bella motocicleta tenia un motor de 90 centímetros cúbicos, su pequeño pero ruidoso motor, era ideal para pavoneos adolescentes, donde hacer sonar fuerte el escape era señal de prendidez o "ser cool", era señal de distinción, mis amigos tenían econos con sus escapes preparados por ellos mismos en algunos casos. A mí me tocaba manejar una Honda Scooter 50 centímetros cúbicos, aunque esta tenía menos potencia en su motor, su diseño único me permitía tener

un hibrido entre auto y moto, esta increíble moto, tenía baúl y guantera, claves para transportar cosas durante una ley seca, por ejemplo.

Recuerdo el año en el que llego al escenario de Villa Carlos Paz la "Bersuit Vergarat" el pelado Cordera como líder vocalista derretía todo a su paso, la legendaria banda en el punto más alto de su fama tocando sus éxitos como "la argentinidad al palo", o "Mi caramelo", cantando con su look único en pijama a rallas, compartiendo también escenario con otra banda icono como "La Mosca" y sus increíbles lentes de sol.

Esa soleada y seca tarde de septiembre el grupo se separó, para el final del evento, solo queda la dispersión general del público, rezagados que incluyen a jóvenes alcoholizados por sus propios medios, parejas que aun disfrutan de la hermosa costanera que ofrece la ciudad, vecinos que necesitan suministros, también es una gran zona comercial por lo que el publico es de todo tipo, cuando se mezclan jóvenes muchas veces surgen rivalidades y eso se expresa muchas veces como en el partido de futbol de mi barrio, patadas altas fuera de tiempo y lugar.

Pero le recuerdo que todo esto durante los épicos años 2000, las redes sociales estaban muy lejos de aparecer en escena, internet aún era muy difícil de tener a nivel doméstico y personal, mi negocio era justo ese, llevarle internet a los jóvenes del nuevo mundo con mi Cyber Café de barrio. Hoy es simple juntarse de vuelta, un mensaje al grupo, un mensaje directo al contacto, en ese momento el grupo pactaba un plan de acción previo, un espacio de encuentro común, para tener libertad de movimiento, bolsos pertenecías personales incluso las motos, "la base" este lugar también ser útil para quienes están en pareja, su momento romántico, era ideal para otros solitarios más aventurados a probar "el pogo" o saltos alocados de espectáculo, una verdadera locura aeróbica que puede ver

recitales de mi país, evitando la preocupación de perder algo importante en este frenesí deportivo y acústico.

Concluido el evento solo queda el punto de reunión, que era siempre un centro comercial con playa de estacionamiento, ese último era la x.

La segunda cosa que más busca un adolescente es una tribu, oh se vuelve importante ser parte de una, esto nos ayuda crecer, nos da identidad, nos da seguridad, nos da respeto. Ya seas un hombre o una mujer, el tiempo de ver a papa y mama como los modelos masculinos y femeninos quedo atrás, la banda de amigos son el modelo a seguir.

Aquí estábamos al final del evento primaveral y ni amigo Alejando junto a otros amigos, amigos de futbol, del barrio incluso compañeros de tragos y clientes del cyber, aun no aparecían. El ambiente que se manejaba era calmo y ordenado, pese a que el show llevo muchísimo público joven con sus habituales, se percibía una atmosfera tranquila, simplemente nos sentamos ese punto acordado un reducido número de personas desencontradas, con una simple idea en mente "un compañero no deja otro compañero atrás". Y tras algún tiempo no recuerdo exacto uno a uno fueron llegando los diferentes acompañantes al punto de reunión, se reencontrando, me recorrió una sensación de equipo logrado y hasta recuerdo bromear con el personaje de ficción John "Hannibal" Smith diciendo su icónica frase final "me encanta cuando un plan se realiza" en su increíble serie televisiva llamada Brigada A o "Los Magníficos".

En aquel entonces todos me conocían por mi sobre nombre "EL ASPA", tuve otros increíbles seudónimos "Chileno" mi primer barrio y como olvidar a "Gemelo" como me conocen en el ámbito del running, esto también es un indicio de Tribu o banda, aunque tener un sobre nombre es algo que jamás, pero jamás te salvaras de tener si vives en mi hermosa ciudad Córdoba.

La tribu no entiende de fama, tampoco de niveles, ni sociales ni económicos, cada sobre nombre o seudónimo que me dieron está ligado a una historia una aventura, esto nos envuelve nos acobija, nos reconforta, pero seguimos siendo un mono vestido de seda, no cambia nuestra esencia única, una buena tribu respeta la individualidad de cada integrante, pero jamás deja atrás ni olvida.

Aunque muchas son las personas que pasaron por mi vida en estos 48 años, amigos, compañeros, conocidos, colegas, clientes, proveedores, socios y parejas, celebro a cada uno de ellos, me hacen la persona que soy hoy, les debo a cada uno la persona quien soy, me siento inmensamente agradecido por innumerables experiencias y aventuras que bien podrían ser comedias románticas, si simplemente lo decidiera un productor de cine. Lo más difícil para mí siempre fue estar solo, tal vez también descubrir definitivamente es factor x en las relaciones, hablado en capítulo pasado, intentando "despejarla" como si fuera una ecuación que resolver o tratando de encontrarla como si fuera un tesoro, tal vez solo es un punto de encuentro entre almas, tal vez sea el punto sobre la i de AMIGES, quien podría vivir sin ellos o ellas, pero no a nuestro costo, por eso las cuentas son claras entre amigos, grupos a todo dar, llevar el ego al campo de juego, en vez de cooperar no competir, crecer en lugar de luchar, y siempre esperar lo mejor de cada situación, entiendo que al final solo estamos de paso, intentado reencontrarnos nuevamente en ese punto de encuentro la que es la x, como lo planeamos mucho antes de venir a este mundo.

Jamás te dejes atrás, por nada ni por nadie, eres lo más importante que tienes en este mundo, no se lo puedes encargar a nadie, es tu misión personal. Al final no es que no existan historias nuevas para ser contadas, es que no tenemos el tiempo suficiente de escucharlas a todas.

Capítulo 12

"Manual de Instrucciones – Humano"

"Ustedes no traen manuales de instrucción" me decía mi mama de pequeño, cuando ella reconocía un error o se daba cuenta que no entendía algo que pensó entender, la verdad es que, "los humanos", somos un verdadero misterio en muchas ocasiones, sin un manual o guía que explique lo sucedido, buscando respuesta en el colectivo, derivando en criticas o clasificaciones sobre el carácter y la frescura mental de los unos a los otros, la locura fue usada para trazar o marcar caminos colectivos peligrosos que no debían ser copiados ni repetidos. Generando una brecha entre las corrientes de pensamiento, "emociones" y el manejo de ellas y nivel social.

*Las escondemos y reprimimos, no hablamos de ellas, las negamos, solo serán aceptadas a nivel íntimo y durante actos de emociones violentas.

Las reconocemos, hablamos de ellas, las aceptamos, entendemos que parte de la vida mejoramos la conexión con ellas, no me definen de ninguna manera, son como un pensamiento vienen y van son. Uhos elementos más de este mundo recuerdan, las emociones son el agua.

La sociedad es un fractal de la familia, en la propia familia encontramos diferencias en percepción y dialogo con otro miembro del grupo, de igual manera se presenta a nivel social, aquí la pregunta es: ¿Quién fue el primero? Realmente importa encontrar el paciente cero.

Cuantas veces los pioneros fueron llamados locos por sus contemporáneos, como aquellos locos del puerto porteño y rosarino.

Alguien que se sube a un auto potenciado, un solo asiento, un vehículo aligerado en carrocería, con un torque mejorado para mejor salida y giro,

escapes potenciados para dejar atrás toda la furia de la combustión adrenalinita que corren por las entrañas de esta bestia la misma que corre por venas del piloto, cubiertas lisas y ásperas multiplica la adherencia con el pavimento, girando a todo dar en un circuito imposible, desafiando la vida a otros, mostrando la mejor fusión entre máquina y humano, también conocidas como carreras de automovilismo, inicialmente; (fueron tomadas seguramente como caminos peligrosos a seguir), locos de los fierros, ellos llevaron toda su "emoción" pasional al máximo arriba de un bólido de furia, de fuego, de verdad, recordando lo mas importante de todo en este mundo, el amor no tiene límites, no solo está limitado al uso romántico humano, se extiende por encima de la especie, la forma y el tiempo, amar tu pasión o tu trabajo o tu actividad o tu locura, si existiera un manual de instrucciones para humano, deberían incluir un apartado sobre esto.

Las emociones son el agua, el pensamiento el aire, la palabra el fuego y nuestras acciones concretas la tierra, 4 elementos esenciales para la vida, Me la pasé intentando encajar, tratando de resaltar también buscando todo el tiempo "entender", de cómo ir más rápido, casi igual a los locos, que buscan la mejorar una receta mecánica, también como los que pelean por el mejor balance de un equipo de futbol, incluso en lo hice literal como maratonista, "Bajar el tiempo, maratón 42k, (-) 3 horas" estuvo en mi lista personal de retos durante muchos años, como si los desafíos cumplidos, pudieran hacerme encajar o resaltar, o incluso entender.

La fragilidad de la vida, es la única maestra con la capacidad de serenarnos, y detenernos, de recuperar nuestra atención de manera inmediata. Es nuestra principal herramienta como humanos, en que ponemos nuestra atención, el entorno, los medios, el sistema necesita de nuestra atención, lo otros llamaron "la rueda de hámster".

La vida es frágil, como una pequeña planta silvestre que florece en un campo, ella no entiende de encajar o resaltar ni entender, solo sabe que es parte de un bello paraje, en las sierras de algún lugar, su singularidad no se ve afectada de ninguna manera, tampoco tiene la responsabilidad de parecerse a la artística hierba serrana que pinta historias junto al viento, ni ser mejor que el viejo Manzano que regala deliciosas y dulces frutas a los transeúntes, nuestra silvestre vegetación es una rica Peperina o también conocida como menta peperina, es una plata regional de mi Córdoba, el uso sugerido es en mates o infusiones, "delicioso" sabor único mentolado, sabor herbal y piña "PEPERINA" si la conoces te reto a describirla. Es una planta silvestre local muy codiciada y conocida por particular sabor mentolado, mejorando el sabor de una tradición tan Argentina como el Dulce de Leche, "los Mates".

Poco conocemos de su origen, y usando de referencia al dibujante y pintor contemporáneo Florencio Molina Campos, sus legendarias obras retratan un hombre de campo con su vestimenta típica, sosteniendo la terminación o tapa de un porongo o calabaza de peregrino o mate, es el fruto en forma de calabaza se corta el extremo en forma de vaso, luego se curarse o tratarse este se convierte en el recipiente para la infusión o mate, este se toma con agua caliente o fría en algunos casos (Estacional) con una bombilla de succión metálica, faltando para concluir el preparado la mate yerba mate, yerba de los jesuitas o yerba del Paraguay (Ilex paraguariensis) (en guaraní: ka'a), es una especie arbórea neotropical originaria de América del Sur.

Pasando en limpio, de que se trata "un mate" o que hacer para tomar unos mates, un recipiente de origen vegetal (porongo, "el mate") más la yerba mate (en forma de palitos y polvo) dentro del receptáculo mencionado, una bombilla de hierro en el centro, este último cumple la misma función que cumple una bombilla para tomar la bebida que acompaña las

hamburguesas, los tomamos calientes o fríos dependiendo de la estación climática, este no es un invento argentino, le pertenece a la región latina completa, los argentino solo lo mezclamos con absolutamente todo, la familia, lo social, lo cotidiano, lo trivial el mate esta en todo, cada capitulo de mi vida, tiene a alguien tomando mate con alguien, el momento de intercambio favorito de un Argentino, Uruguayo, Paraguayo, Boliviano, Chileno, Venezolano, Colombiano, Cubano, Ecuatoriano, Mexicano incluso vi a Estadounidenses tomando mates en las redes sociales, mucho más con la llegada del súper astro Messi a la liga de futbol EEUU

Cierro mis ojos, y me imagino como se ve el despiece con detalle de uso y colocación, como también sugerencias del fabricante, "Como iniciar la 1° cebada de Mates" debería ser parte de nuestro manual de usuario humano, aun suele loco y descabellado escribir esta guía, tal vez fue lo que pensaron de Dalmacio Vélez Sarsfield cuando escribió el "código civil" que se le acusa de flagear el código de nuestro país vecino, si bien se inspiró en el Código Civil de Freitas y otros códigos contemporáneos, la obra de Vélez Sarsfield fue mucho más que una simple copia. Su Código Civil argentino incorporó elementos de diferentes fuentes, incluyendo el derecho romano, el español y el argentino, así como el Código Napoleónico. El señor Vélez Sarsfield uso lo que tenía a su mano para dejar un legado en el mundo, una huella, una marca que perdure su época. Somos hoy esas futuras generaciones que recogemos los beneficios y bondades de esas huellas, incluso hablamos de su obra y legado. ¿No es ese el propósito de la vida misma? Dejar un legado para las siguientes generaciones, mejorar la obra. Podría ir en el apartado # Uso sugerido del fabricante.

Tal vez no estemos tan mal después de todo, tal vez la locura no sea tan mala después de todo, ¿quién es loco? El que no quiere ver el auto incendiándose, o el que se quiere bajar, y en palabras de Mafalda personaje de historieta de nuestro amado mendocino Quino "paren el mundo me quiero bajar"

Nuestro querido # libre albedrío – ubicado como apéndice del manual, siempre es una decisión nuestra, el control es de cada uno. Podemos ir a fondo hasta el final, a todo dar. Oh podemos elegir "la existencia" como el que tiene menta cordobesa, de solo existir en un paraje serrano y de ser parte de algo mucho más grande, como ser parte un increíble delicioso y rejuvenecedor "cáliz de la vida" o mates como los llamamos en Argentina, y tal vez, ¿porque no? en futuro muy lejano, en una galaxia muy muy lejana, un futuro Gaucho o vaquero espacial con un poncho y alforjas como las Han Solo, pida un mate cuando el cantinero le pregunte forastero que quiere. "UN MATE TIPO" y deje la yerba.

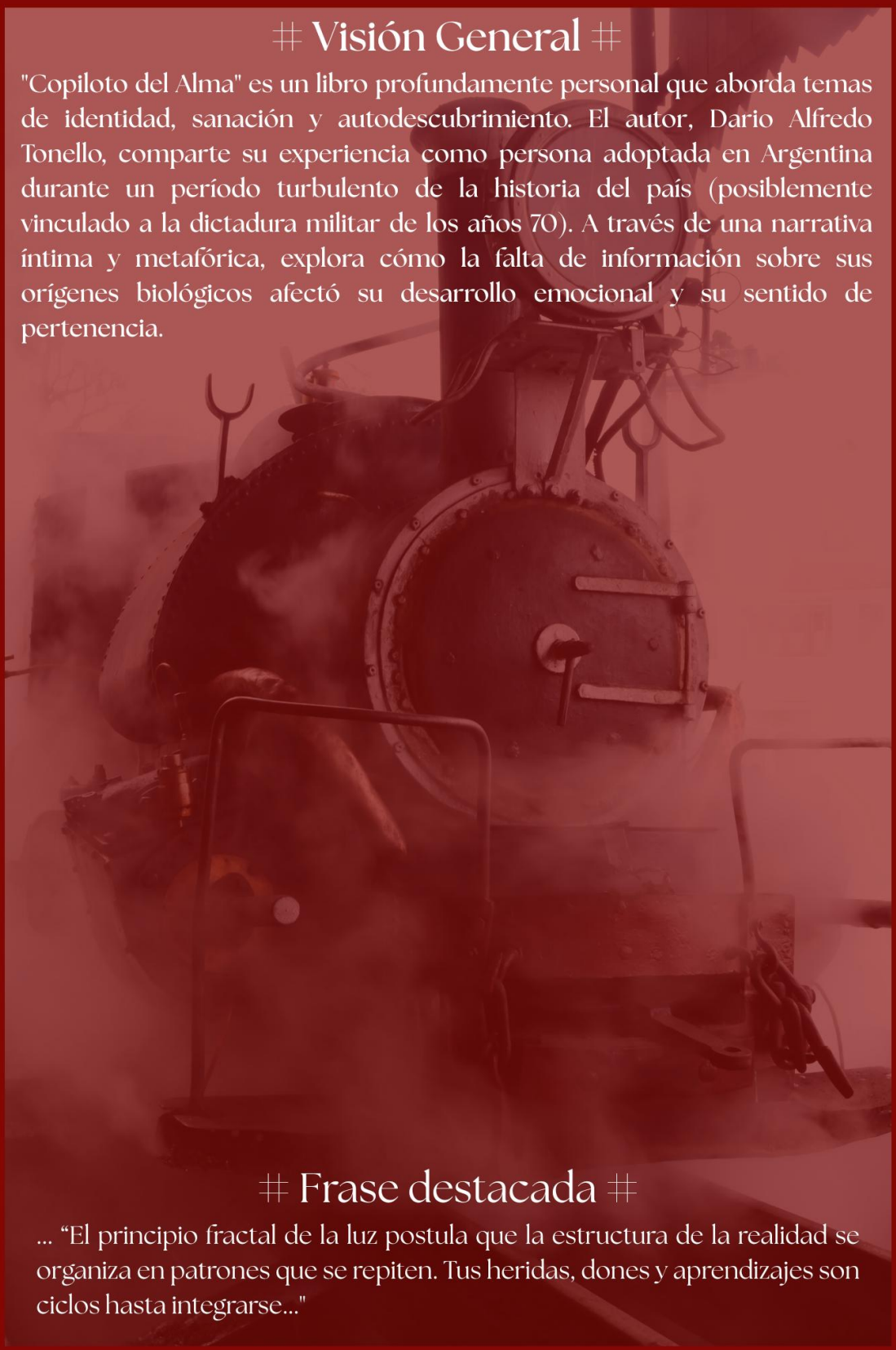
Más arriba les hablé de la fragilidad de la vida, hablamos del despertar de la consciencia, la restauración de la memoria saboteada, trauma y sanación, incluso en este capítulo hablamos de un manual de instrucciones humano aun no escrito pero necesario. Pero la verdad es que no existen recetas mágicas, disciplina espiritual, es curioso que puedo decir mucho de la primera palabra, pero la segunda me incomoda, ¿Por qué será? Caminos peligrosos, locura, frac talidad o simplemente llego el momento de saltar a otro paradigma nuevo.

Esta solo es mi experiencia propia, nadie es "el dueño de la verdad", la realidad es nuestra "compartida de todos" y este es solo mi humilde punto de vista.

Universo – Aquí mi humilde obsequio. Fin

Visión General

"Copiloto del Alma" es un libro profundamente personal que aborda temas de identidad, sanación y autodescubrimiento. El autor, Dario Alfredo Tonello, comparte su experiencia como persona adoptada en Argentina durante un período turbulento de la historia del país (posiblemente vinculado a la dictadura militar de los años 70). A través de una narrativa íntima y metafórica, explora cómo la falta de información sobre sus orígenes biológicos afectó su desarrollo emocional y su sentido de pertenencia.



Frase destacada

... “El principio fractal de la luz postula que la estructura de la realidad se organiza en patrones que se repiten. Tus heridas, dones y aprendizajes son ciclos hasta integrarse..."